BONGKAR RAHASIA HIPNOTIS
TEORI HINGGA PRAKTIK

BUKU HITAM HIPNOTIS REBORN

BY ADI PANCA SETIAWAN
ADITYA LESMANA

Pendekatan Hipnotis Barat & Timur

BUKU HITAM
HIPNOTIS (Reborn)

Adi Panca Setiawan
Aditya Lesmana

Copyright © 2018 by
(Adi Panca Setiawan & Aditya Lesmana)

KATA PENGANTAR

Kata siapa belajar hypnosis itu sulit? Memang *sih* biaya pelatihan diluaran sana relatif mahal tapi tenang saja *ya*…. Meskipun tidak semua teknik dijabarkan disini kami yakin Anda tetap bisa melakukan hipnotis ke orang lain.

Oia buku ini adalah modifikasi dari Buku Hitam Belajar Hipnotis karya Adi Panca Setiawan tahun 2013, nah di edisi ini ada tambahan penulis, untuk memberikan warna baru dibuku ini karena bagaimanapun semua keilmuan pasti berkembang dari waktu ke waktu, kolaborasi kali ini antara Adi Panca Setiawan dan Aditya Lesmana.

Sudah banyak buku yang membahas tentang hypnosis, tapi kadang kami juga *bete,* bukunya juga "gitu-gitu aja", malah ada yang seperti katalog, seperti kamus, seperti eksiklopedia, tanpa memberikan pemahaman dan pengalaman belajar hipno yang bermanfaat dan praktis.

Ok, Sebelum kami menjelaskan tentang hipnotis ijinkan penulis memperkenal diri agar Anda bisa nyaman dengan kami. Ya sekalian numpang eksis dikit lah….

Kami Adi Panca Setiawan & Aditya Lesmana sama-sama tinggal *Kota Tepian* Samarinda – Kalimantan Timur dan kami bukanlah orang yang nge-hits di dunia teknologi pikiran dan

sebelum terkenal kita kenalan satu-satu dulu *ya he he he…*

Adi Panca Setiawan, biasa disapa Panca, pertama kali mengikuti pelatihan hipnotis pada tahun 2010 akhir, tapi setelah mengikuti pelatihan hipnotis tersebut dirinya tetap tidak bisa melakukan hipnotis. *Whattttt!!!* Ternyata oh ternyata….

Pertama kali dirinya bisa melakukan hipnotis justru karena belajar dari video bule, video *embah* Gerald Kein. Sampai sekarang Panca masih menyalurkan hobinya nonton video tentang teknologi pikiran.

Panca seorang yang cocok dengan pembelajaran video-video dibandingkan hanya dengan membaca buku. Ini juga salah satu alasan dirinya pernah membuat program Home Study Course Belajar Hipnotis Melalui Video.

Sejak awal belajar sampai sekarang Panca lebih menyukai menggunakan hipnotis untuk terapi (hipnoterapi) dibandingkan untuk permainan hipnotis. Bukan supaya keliatan keren melainkan darisini menjadikannya lebih paham tentang cara kerja pikiran, eksperimen terus kakak….

Baik kita lanjut berkenalan dengan penulis kedua, Aditya Lesmana, seorang praktisi hipnoterapi aktif, *passion* di penyembuhan sudah terlihat sejak kelas 2 SMA dengan bergabung di perguruan olah nafas

yang fokus dalam bidang kesehatan, dalam hal ini berkaitan dengan energy.

Mengenal hipnoterapi 2010 dan mulai belajar secara private dan workshop sedari 2012, dengan belajar dibanyak tempat dan menjadi praktisi penyembuhan membuatnya memiliki sudut pandang dan pemahaman *western hypnosis dan eastern hypnosis*, (hypnosis barat dan timur/nusantara), *yuk ah* kita mulai daripada kepanjangan.

Ok, Let's Begin Our Journey.

Samarinda, 7 Mei 2018

Hypnosis 101

HIPNOTIS DASAR

Apa itu Hipnotis?

"Hipnotis itu bisa buat orang gak sadar mas, bisa buka-buka aib, buat orang jujur, jahat *achh*"

Kami yakin dari banyak pembaca juga berpikiran seperti diatas, belum lagi pemikiran hipnotis memakai sihir, jin, ada pengisian, sakti mandra guna. *Eeeeaaaaaa*…

Dulu juga kami mengira hipnotis ilmu seperti itu, untuk bisa menguasainya harus melakukan ritual-ritual tertentu. Ternyata kami *gak* sendiri dengan pemahaman seperti itu, dan mungkin pemahaman inilah yang membuat sebagian orang di agama kami (Islam) mengharamkan hipnotis.

Trus apakah benar untuk bisa menguasai hipnotis harus melakukan ritual-ritual tertentu? Secara pribadi kami menjawab bisa jadi perlu melakukan ritual-ritual tersebut agar bisa melakukan hipnotis.

Kami tahu pendapat tersebut sangat bertentangan dengan pendapat-pendapat yang beredar. Pendapat yang mengatakan kalau untuk menguasai Hipnotis tidak perlu melakukan ritual-ritual tertentu.

Sebelum Anda protes dengan opini penulis tersebut kita perlu menyamakan terlebih dahulu persepsi kita tentang apa itu hipnotis. Hipnotis adalah penembusan area kritis dan diterimanya

sugesti tertentu. Apakah area kritis itu? Untuk detailnya bisa Anda baca pada bagian yang membahas cara kerja pikiran tapi untuk sementara anggaplah dia itu satpam yang menjaga toko. Dia bisa membiarkan Anda masuk ke dalam toko tapi tidak akan membiarkan Anda masuk pada bagian-bagian tertentu di toko tersebut.

Dan penembusan area kritis seseorang salah satu caranya adalah menggunakan sesuatu yang paling dipercayai oleh orang tersebut. Nah karena orang Indonesia percaya betul dengan hal-hal yang berbau mistis maka kadang dia lebih cepat menguasai dan lebih percaya diri kalau menggunakan ritual-ritual tertentu. Dan rasa percaya diri tersebut dapat mempengaruhi orang lain, artinya kami hanya memanfaatkan keyakinan tersebut untuk menanamkan program/sugesti tertentu.

Secara pribadi kami tidak setuju menggunakan ritual-ritual tersebut. Selain membuat salah persepsi terhadap hipnotis tapi juga hal tersebut membuat ribet. Kalau kami sih lebih suka yang simpel-simpel saja secara kami ini orangnya malas *kekeke*……

Jadi hipnotis yang Anda pelajari di buku ini adalah hipnotis yang simpel cocok untuk orang pemalas. Dan menggunakan teori dari Barat sana tapi juga dijleaskan yang khas Nusantara.

Syaratnya hanya satu untuk bisa menguasai hipnotis ala Barat sana. Yaitu Anda berani

mempraktekkan apa yang ada dalam buku ini karena hanya dengan membaca berulang-ulang tapi tidak praktek ya tetap Anda tidak akan bisa melakukan hipnotis.

PRAKTEK….. PRAKTEK…… PRAKTEK….
"Anda bisa menguasai hypnosis hanya dengan membaca"

"Ikut puluhan kelas workshop gak praktek ya gak bisa-bisa"

Hipnosis : Ilmunya
Hipnotis : Orang yang melakukan hipnosis
Hipnoterapi : Terapi menggunakan hypnosis

(Dalam tulisan buku ini kami menggunakan istilah hipnotis bukan hypnosis, karena kita akrab dengan istilah ini dibandingkan istilah hipnosis)

Fenomena hipnotis sering terjadi disekitar kita. Ingatkah Anda ketika seseorang merasa benar-benar marah maka dia mudah sekali terprovokasi meski yang disampaikan oleh orang lain tersebut mungkin bohong.

Ingatkah Anda ketika seseorang benar-benar jatuh cinta maka dia mudah sekali mempercayai omongan pasangannya meski itu suatu kebohongan. Liat aja remaja nangis sesenggukan

saat nonton korea atau malu malu kesenangan nonton Dylan? Belum lagi emak-emak yang gak berkedip nonton sinetron atau film India di TV ? Itulah hipnotis *hehehe*.

Meski hipnotis fenomena biasa yang terjadi pada kehidupan sehari-hari, tentu saja supaya bisa melakukannya secara efektif dan sesuai harapan kita memang ada yang harus kita pelajari. Ada semacam tahapan yang kita lakukan.

Banyak sekali cara kita melakukan penembusan pada area kritis seseorang tapi agar tidak melebar kemana-mana maka dalam buku ini hanya akan membahas teknik yang biasa dilakukan oleh para praktisi stage hypnosis.

Emang Hipnotis Bisa Apa?

Hmm… yang jelas hipnotis tidak bisa membuatkan makanan untuk Anda ataupun membuat Anda jadi terlihat lebih imut (yang ini sudah kami buktikkan T_T). Jangan berharap berlebihan terhadap hipnotis karena ini hanya fenomena biasa yang sering terjadi.

Jangan berharap ketika bisa menguasai hipnotis Anda menjadi sakti (kalau terlihat "sakti" *sih* bisa). Atau berharap dengan menguasai hipnotis dalam sekejap mata Anda berubah menjadi pribadi yang baru. Dan paling utama hipnotis tidak bisa membuat Anda memaksakan kehendak Anda kepada orang lain…

Pernah ada iklan pelatihan hipnotis yang bagi kami terlalu bombastis. Dalam iklan tersebut dikatakan kalau Anda akan diajarkan ilmu kebal melalui hipnotis. Kami beritahu Anda rahasia kecil. Hipnotis tidak bisa melawan hukum alam. Sehebat apapun klaim dari trainernya, hipnotis tetap tidak bisa melawan hukum alam.

Trus untuk apa belajar hipnotis kalau tidak bisa membuat kita jadi manusia super? Hipnotis memang tidak bisa membuat Anda menjadi

manusia super tapi bukan berarti dia tidak berguna loh….

Berkali-kali kami "diselamatkan" oleh pengetahuan tentang hipnotis ketika seseorang berusaha menipu kami dengan penawaran yang tidak masuk akal. Dan dia juga membuat kami tetap obyektif menilai sesuatu ketika kami merasa marah terhadap seseorang. Dia juga membantu kami berkembang menjadi orang yang lebih baik. Pengetahuan ini juga banyak membantu klien-klien yang kami terapi

Ya, hipnotis memang ilmu biasa tapi bisa memberikan sesuatu yang luar biasa.

Inilah yang bisa dilakukan oleh hipnotis:

Hipnotis bisa membuat orang lain terhibur dengan permainan yang Anda lakukan seperti permainan lupa angka, lupa nama, joget, merayu kursi dan lain-lain

Hipnotis bisa juga membuat Anda kena masalah karena pemahaman yang salah dari masyarakat ataupun karena Anda menggunakan permainan yang berbahaya ke orang yang Anda hipnotis.

Hipnotis bisa membuat orang terbantu ketika dia mempunyai masalah dengan emosi ataupun pikirannya. Dan bisa juga membantu orang untuk memperbaiki dirinya.

Hipnotis juga bisa membuat Anda kena masalah

lagi ketika Anda menggunakan hipnotis untuk terapi tapi dari sisi kemampuan dan pengetahuan psikologi manusia Anda kurang.

Hipnotis bisa membuat Anda menjadi pribadi lebih baik. Karena Anda paham dengan mekanisme kerja pikiran bagaimana suatu kepercayaan itu terbentuk.

Hipnotis bisa juga membuat Anda menjadi pribadi yang lebih buruk. Arogan, sombong, merasa bisa segalanya karena punya kelebihan, ceroboh dengan melakukan terapi ke orang padahal belum kompeten.

Ya, hipnotis itu seperti ilmu lainnya yang mempunyai kelebihan dan kekurangan. Semuanya itu tergantung dari orang yang mempelajarinya termasuk sikap, persepsi dan pengetahuan.

Jadi mau seperti apakah Anda?

Hypnosis, Art Or Science?

Dulu ketika awal-awal belajar kami beranggapan hanya dengan belajar teknik-teknik saja bisa membuat kami jadi ahli hipnotis. Tapi setelah di lapangan belajar teknik hipnotis saja itu tidak cukup, malah sangat tidak cukup kalau menurut kami. Apalagi jika masuk ke ranah hipnoterapi.

Teknik yang kita gunakan untuk mereka tidak harus baku. Jika dia percaya dengan mistik maka gunakan "mistik" untuk memulainya, jika dia lebih percaya sains maka gunakan pengetahuan sains untuk masuk ke dalam pikirannya. Seorang praktisi yang baik adalah praktisi yang bisa *flexible* dalam mempraktekkan apa yang dikuasai sesuai dengan situasi.

Oleh karena itu sangat kami sarankan selain Anda belajar tentang hipnotis Anda juga belajar tentang psikologi manusia, seni ilmu komunikasi dan pengetahuan klenik (ini karena masih banyak orang Indonesia yang percaya dengan ini). Tapi jangan salah paham ya kami menyuruh Anda terjun kedalam dunia klenik. Yang kami maksud adalah pengetahuan dalam area klenik.

Jadi ketika Anda berhadapan dengan tipe orang yang seperti ini Anda lebih mudah berkomunikasi

dengan dia. Dan lebih mudah menggunakan prosedur hipnotis sesuai dengan kepercayaan dia.

Kami mengatakan ini bukan bertujuan menakut-nakuti Anda kalau belajar hipnotis itu susah. Karena hal itu tidak benar bahkan menurut kami hipnotis itu mudah sekali jika Anda sudah mengetahui caranya. Memang hipnotis membutuhkan pengetahuan cara pikiran bekerja dan kemampuan berkomunikasi yang baik dengan orang lain tapi justru inilah yang membuatnya jadi seru.

Kendala yang banyak dikeluhkan orang-orang yang baru belajar hipnotis adalah tidak ada teman untuk praktek. Kendala ini juga pernah kami alami tapi tahukah Anda kalau kendala ini hanyalah alasan Anda karena malu mempraktekkan hipnotis.

Alasan yang terlihat seperti logis yang membuat Anda "tidak bisa" mempraktekkan hipnotis. Banyak sekali orang yang kami temui memakai alasan ini. Tapi jika ditelusuri lebih lanjut sebenarnya ini hanyalah alasan yang dibuat-buat.

Kesempatan mempraktekkan hipnotis itu selalu ada jika Anda mau melihatnya. Anda bisa bermain-main dengan adik Anda, tetangga Anda ataupun teman-teman Anda. Tentu saja akan lebih bagus ketika bermain-main dengan mereka Anda tidak mengatakan kalau Anda akan menghipnotis mereka. Inilah alasannya.

Mitos Hipnotis

Banyak sekali persepsi yang salah yang beredar di masyarakat dan parahnya sering persepsi itu karena tindakan para praktisi hypnosis itu sendiri, oleh karena itu penting sekali untuk memahami kesalahpahaman ini agar kita lebih memahami hypnosis dengan benar.

Hipnotis Itu Haram

Sampai sekarang masih banyak ulama maupun masyarakat awam menganggap hipnotis itu haram. Alasan mereka adalah karena dalam melakukan hipnotis itu menggunakan bantuan jin. Ada juga yang bilang perlu ritual-ritual tertentu yang menjurus ke syirik. Atau karena membuat orang tidak sadarkan diri.

Baik, jika ada yang berkata seperti ini, mari kita melihat fenomena hypnosis alami, pernah *enggak* bangun tidur bilang "sebentar masih ngumpulin nyawa", pernah? Itulah keadaan hypnosis alami yang selalu kita rasakan setiap hari , istilah kerennya Hypnagogic, nah pertanyaannya apakah bangun tidur memakai sihir, bantuan jin dan perlu ritual klenik? Anda jawab sendiri…

Kaming sekali mereka mengatakan hypnosis berkaitan dengan sihir, jin dan klenik, tanpa

mempelajarinya secara mendalam terlebih dahulu. Kebanyakan dari mereka berkata seperti ini karena kurangnya edukasi tentang hipnotis atau doktrin yang bersumber dari orang yang mereka hormati dan kamingnya orang tersebut juga tidak mempelajari bahkan tidak pernah mencari tau tentang hipnotis modern secara mendalam.

Mereka melakukan penilaian terhadap hipnotis hanya berdasarkan apa yang tampak diluar. Mereka tidak melihat prosedur yang dilakukan oleh si penghipnotis tersebut. Karena hipnotis adalah ilmu yang memanfaatkan psikologi manusia. Ilmu yang benar-benar murni menggunakan cara kerja pikiran manusia, *gak* pake embel-embel transfer energi atau pake bantuan jin.

Jadi tenang saja, hipnotis itu tidak haram. Jika masih ada yang ngeyel mengatakan kalau hipnotis itu haram hukumnya meski sudah Anda menjelaskannya maka sebaiknya tidak usah berdebat dengan dia.

Anggaplah persepsi hipnotis yang dia anut beda dengan Anda. Tapi kalau Anda yang ngotot buat menyadarkan dia ya tinggal 2 cara. Cara pertama adalah suruh dia ikut pelatihan hipnotis dan cara kedua adalah Anda bisa memberikan buku ini ke dia

Kehilangan Kesadaran

Ini kesalahpahaman paling umum dimasyarakat kita, banyak sekali yang percaya dan itu fakta saat kita mengenalkan hypnosis, mereka mengatakan

“Hipnotis itu jahat mas, kita jadi gak sadar, ngikutin perintah tukang hipnotis”.

Hal ini bisa kita kaitkan dengan pengetahuan masyakat kita yang mendapat asupan program tivi yang kurang tepat, orang bisa buka-buka aib karena tidak sadar itu tidak benar, karena dalam keadaan hypnosis kita benar-benar masih sadar, dapat mendengar semua sugesti yang diberikan bahkan kita bisa bangun dari keadaan hypnosis dengan kemauan kita sendiri, karena hypnosis memang tidak membuat kesadaran seseorang hilang.

Oia satu hal lagi, hypnosis tidak bisa membuat seseorang berkata jujur seperti tayang TV yang sering kita liat itu, seandainya saja hypnosis bisa membuat seseorang jujur, mungkin saja buku ini tidak akan dibuat karena kami bekerja di Komisi Pemberantasan Korupsi (KPK), mungkin juga bekerja di POLRI menjadi penyidik, nyatanya tidak kan?

Hipnotis = Tidur

Arti kata hipnotis memang diambil dari nama dewa tidur dari yunani yang bernama hypnos. Nama ini digunakan pertama kali oleh dr. James Braid ketika dulu mengira kalau pasien yang dia tangani memang tertidur. Dan nama ini digunakan dalam makalah yang dia sebarkan keseluruh dunia.

Tapi ketika dia menyadari kesalahannya bahwa si pasien tidak tertidur melainkan terfokus pada satu

hal maka dia mengganti istilah hypnosis dengan istilah *monoideaisme* (satu ide/pikiran). Kaming sekali istilah tersebut masih kalah dengan istilah yang hypnosis yang terlanjur sudah menyebar dan tertanam dipikiran orang ke seluruh dunia dan dipakai sampai sekarang.

Jika hipnotis memang tidur betulan seperti kalau kita tidur di malam hari maka seharusnya dia tidak bisa menuruti apa yang kita sugestikan ke dia. Atau mendengar apa yang kita bicarakan.Jadi orang yang dihipnotis itu tidak tertidur mengalami kondisi trance (fokus pada satu hal).

Terus bagaimana dengan yang diucapkan oleh si penghipnotis? Bukankah dia mengatakan kata "tidur" dan kemudian orang yang dihipnotis itu langsung tertidur ups… salah, maksud kami terlihat seperti tertidur.

Ya memang benar penghipnotis sering sekali menggunakan kata tidur ketika menghipnotis orang terutama dalam hipnotis panggung/hiburan. Ini karena kata tersebut merupakan kata yang paling efektif untuk mewakili perintah tutup mata dan buat diri kamu menjadi rileks.

Apakah kata ini selalu dipakai dalam menghipnotis seseorang? Tentu saja tidak. Dalam praktek terapi kata ini sangat jarang dipakai atau ketika melakukan waking hypnosis (hipnotis dengan kondisi mata subyek terbuka).

Kata "tidur" lebih sering digunakan kalau si

penghipnotis itu menggunakan teknik *shocking induction* atau melewati kritikal area dengan cara mengejutkan si subyek.

Hanya Orang Yang Lemah Mentalnya Yang Mudah Dihipnotis

Salah besar! Karena orang yang berpendidikan tinggi dengan nilai yang bagus pun masih bisa dihipnotis.

Ketika seseorang termasuk dalam orang yang mudah dihipnotis bukan berarti dia itu lemah. Bagi kami justru orang yang mudah dihipnotis memiliki banyak sekali potensi yang bisa dia manfaatkan dengan menggunakan hipnotis.

Dia bisa mengembangkan dirinya lebih cepat dibandingkan orang kebanyakan. Dia bisa lebih mudah "memanipulasi" cara kerja tubuhnya seperti melakukan anasthesi/membuat mati rasa ketika hendak disuntik, operasi, ke dokter gigi dan lain-lain.

Tentu saja kondisi sebagai orang yang mudah dihipnotis bisa menjadi keuntungan jika dia mengerti cara kerja pikiran dan memanfaatkannya.

Bidang-Bidang Hipnotis

Stage Hypnosis/ Hipnotis Panggung

Bidang ini yang paling sering Anda lihat di televisi. Hipnotis yang bisa membuat orang lupa dengan namanya sendiri ataupun merayu kursi. Bidang ini juga yang paling banyak dikuasai oleh teman-teman pesulap. Dan karena ini pula, banyak juga para pesulap yang mengira stage hypnosis adalah salah satu aliran dari magic/sulap bahkan ramai-ramai hijrah menjadi "tukang" hipnotis. Padahal stage hypnosis adalah bidang ilmu yang terpisah dari magic/sulap.

Untuk bisa sukses dalam menyajikan permainan stage hypnosis yang menarik, tidak hanya memerlukan pengetahuan dan kemampuan hipnotis yang memadai. Tapi juga memerlukan kemampuan menghibur orang lain dan teknik-teknik melakukan performa di panggung. Intinya dalam stage hypnosis adalah bagaimana caranya agar permainan yang kita tampilkan di depan orang banyak tersebut bisa menghibur mereka, tentu saja hiburan yang tidak membuat orang dihipnotis merasa dilecehkan.

Hipnoterapi

Bidang ini merupakan hipnotis yang dipakai untuk keperluan terapi. Keluhan dari klien ditangani oleh hipnoterapis dengan menggunakan teknik tertentu ketika si klien dalam kondisi terhipnotis/deep trance. Bidang ini menangani keluhan-keluhan yang berhubungan dengan pikiran seperti phobia, trauma, pengembangan diri, merubah kebiasaan dan lain-lain.

Dalam hipnoterapi tidak hanya memerlukan pengetahuan teknik terapi tetapi juga memerlukan pengetahuan tentang psikologi manusia. Pengetahuan hipnotis saja sangat tidak cukup jika Anda ingin menjadi seorang hipnoterapis yang bagus.

Ini perlu kami tekankan karena kami beberapa kali menemui praktisi stage hypnosis yang tidak mempunyai pengetahuan tentang teknik terapi yang diajarkan dalam hipnoterapi merasa mampu melakukan terapi. Dalam terapi yang mereka melakukan hanya mengandalkan teknik direct sugestion. Padahal antara stage hypnosis dan hypnotherapy itu bidang ilmu yang berbeda meski dasarnya sama-sama menggunakan hipnotis.

Oia, banyak *lhoooo* kami menemukan kasus yang diteliti dan dites lab hasilnya baik-baik saja, secara medis *clear*, apa yang terjadi? Inilah psikosomatis, dan ini bisa diterapi dengan hipnotis.

Banyak *banget* yang bisa dilakukan hipnotis, kami

ringkas aja ya, kasus di Samarinda aja kami menyelesaikan (Alhamdulillah sembuh) diantaranya vaginismus, impotensi, anxietas/ kecemasan berlebih, thanatophobia, fobia, membantu menejemen nyeri penderita kanker, halusinasi parah, konflik diri dan lain-lain. Tentu sebelum kami melakukan hipnoterapi syarat-syaratnya harus dipenuhi terdahulu, seperti tindakan medis, tes lab dan rekomendasi dokter.

Jika benar wilayah hipnoterapi maka terapi pun dilakukan, tidak semua kasus diselesaikan hipnoterapi, ada wilayah medis, ada wilayah psikolog dan psikiater, sebagai hipnoterapis kita idealnya berkejasama dengan semua yang disebutkan tadi.

Hypno Forensic

Bidang ini menggunakan hipnotis untuk membantu dalam penyelidikan. Terutama menggali memori dari seseorang. Dalam penyelidikan kepolisian bidang ini digunakan kepada saksi untuk menggali informasi yang mungkin saja dilupakan atau tidak diingat ketika dia dalam kondisi sadar.

Misalnya dalam kondisi sadar saksi tidak ingat ciri-ciri khusus kendaraan yang dipakai oleh pelaku kejahatan tapi ketika dalam kondisi hipnotis saksi dapat mengingatnya secara detail. Hal ini dikarenakan dalam kondisi hipnotis kita dapat

mengakses pikiran bawah sadar dia, tempat dimana memori tersimpan.

Dalam bidang ini juga diperlukan keahlian khusus selain hipnotis terutama harus peka dengan bahasa yang diucapkan (menguasai clean language). Karena salah pengucapan malah bisa-bisa membuat saksi keliru dalam memberikan keterangan.

Oleh karena itu dibanyak negara keterangan saksi yang diperoleh dari hypnoforensic tidak bisa dipakai dalam pengadilan. Bahkan pernah terjadi beberapa kali kasus salah tangkap gara-gara penggunaan hypnoforensic oleh orang yang tidak kompeten.

Pernah kejadian di Inggris orang yang dianggap dianggap bersalah karena penggunaan hipnoforensic akhirnya dibebaskan kembali (setelah beberapa bulan mendekam dalam penjara) karena tersangka yang asli tertangkap karena kasus lain.

Hypnobirthing

Bidang ini menggunakan hipnotis untuk membantu seorang ibu menjalani masa kehamilannya sampai kelahiran si bayi. Penggunaan hipnotis dalam bidang ini di lapangan ada dua versi. Versi yang pertama menggunakan hipnotis untuk melakukan anasthesi mental (pembiusan menggunakan hipnotis) agar si ibu

ketika melahirkan dia tidak merasakan sakit sama sekali atau hanya merasakan sedikit sakit.

Sedangkan versi yang kedua adalah menggunakan hipnotis lebih kepada persiapan mental si ibu ketika dia melakukan persalinan secara alami. Untuk versi ini tidak menggunakan hipnotis sebagai anasthesi karena kadang rasa sakit bisa dijadikan indikator adanya kelainan pada proses persalinan.

Proses persalinan alami menjadi lebih menyakitkan karena pengkondisian dari masyarakat itu sendiri. Banyak pengkondisian dari masyarakat baik itu dari pengalaman pribadinya ataupun film-film sinetron di TV yang lebay abis yang pada akhirnya membuat para ibu muda menjadi takut dan menjadi stres.

Ketika dia merasa takut yang berlebihan maka pada saat proses persalinannya jalur kelahirannya menjadi tegang/kaku sehingga daya elastisnya menjadi berkurang. Nah hypnobirthing versi yang kedua lebih diarahkan untuk menghilangkan perasaan takut tersebut. Karena ketika ibu muda itu tidak mengalami ketakutan pada saat proses melahirkan maka jalur kelahirannya menjadi elastis dan proses kelahiran bayi menjadi lancar dan tidak lebay seperti sinetron di TV.

Hypnoteaching

Pada bidang ini tentu saja tidak membuat para

murid tidur trance kemudian si guru mulai mengajar pelajarannya tapi seorang guru menggunakan cara kerja hipnotis (ingat arti hipnotis yang sudah saya sebutkan sebelumnya) agar para murid lebih mudah menerima pelajarannya.

Seorang guru bisa membuat suasana menjadi menarik bagi siswa kemudian dengan pola bahasa hipnotis dia mengarahkan siswa untuk fokus kepada dia dan pelajarannya.

Kita lebih mudah mendengar saran atau pelajaran dari orang yang kita suka, betul? Ingatkah Anda siapa guru favorit Anda? Bagaimana cara mengajar dia dan apa yang Anda rasakan ketika Anda melihat dia sedang mengajar?

Memang kadang-kadang perlu seorang guru melakukan pertunjukan sulap ataupun stage hypnosis kepada murid-murid. Ya sekali-kali boleh donk para murid lihat hiburan hehehe….

Masih banyak lagi bidang-bidang yang menggunakan hipnotis sebagai salah satu dasarnya. Ada hypnosex, hypnoselling, hypnolove dan seterusnya. Akan tidak efektif kalau saya mengulasnya satu-satu dalam ebook ini. Karena bidang penggunaan hipnotis masih terus berkembang meski kadang saya suka tersenyum geli kalau apa-apa dikasih embel-embel kata hypno hehehe… Saya mengolok mereka? Ya engga' lah…. Kan itu hak

mereka, saya tersenyum geli karena itu membuat saya teringat dengan masa lalu :D

Tapi yang paling penting adalah apapun bidang tersebut, hipnotis hanya salah satu dasar yang digunakan. Jadi tidak murni menggunakan pengetahuan hipnotis saja.

Rasanya di Hipnotis?

"Rasanya kayak ada manis-manisnya gitu," Eaaaaaaa…..

- ✓ Pernah berdoa, shalat, menyanyikan pujian sambil melehkan air mata?
- ✓ Sudah tau film itu cuma drama, penontonya bisa terbawa emosinya, senang, marah, sedih sampai murka, pernah begitu? Kami yakin pernah.
- ✓ Ngelamun?
- ✓ Bangun tidur, malas banget karena sangking nyamannya
- ✓ Nyetir mobil tau-tau terlewat, jauh malahan dari tempat tujuan
- ✓ Main *Mobile Legend* tahan seharian karena seru

Itulah rasanya di hypnosis pemirsa……
Selama kami mempraktikan hypnosis terutama hipnoterapi banyak klien yag memberitahukan ada perasaan melayang, ringan, berat, kesemutan, geli, gatal dibagian tubuh tertantu, itulah yang terjadi saat hypnosis, tidak ada hal yang aneh.

Cara Kerja Hipnotis

Nah kita berada pada bagian yang paling penting dari buku ini yaitu bagaimana cara kerja dari hipnotis. Seperti yang Anda baca sebelumnya beberapa kali Anda membaca kalimat "melewati kritikal area", nah apa itu critical area? Sebelumnya kita mulai dulu dengan pelajaran tentang teori pikiran.

Menurut teori hipnotis, pikiran manusia dikelompokkan dalam 2 area.

Area Pikiran Sub Sadar/Bawah Sadar

Area ini sudah ada sejak mulai dalam kandungan ibu. Bahkan dalam teori hipnotis area ini memiliki peran lebih dari 80% atas diri kita. Di area ini tempat tersimpannya memori kita sejak kecil, kebiasaan kita, sifat dan pola pikir kita. (Bahkan ada teori terbaru yang mengatakan 90 % bahkan ada literature mengungkapkan pikiran bawah sadar kita 99 %, namun dibuku ini kita mengikuti teori umum yakni 80 %)

Karena peran yang lebih dari 80% inilah yang membuat kita susah untuk mengubah kebiasaan kita secara sadar. Atau ketika ingin merubah sifat kita yang kurang kondusif untuk perkembangan diri kita.

Di area ini juga tersimpannya program diri yang

bisa menyabotase kesuksesan kita. Misalnya saja keinginan kita untuk memiliki uang yang banyak tapi kita menganggap uang itu susah dicari atau uang itu sumber kejahatan. Ingin kaya tapi menganggap orang kaya itu pelit atau orang kaya keluarganya pasti berantakan.

Selama program-program tersebut tidak diubah maka kita akan sangat sulit mencapai apa yang kita inginkan tersebut. Merubahnya secara sadar sangat kurang efektif karena peran pikiran sadar yang kalah jauh dengan pikiran bawah sadar.

Masa-masa paling efektif untuk pembentukan program-program yang memberdayakan adalah ketika anak berumur 0-4 tahun. Karena secara teori pada usia tersebut si anak menyerap semua apa yang dia pelajari, pelajaran yang baik maupun buruk.

Area Pikiran Sadar

Area ini mulai optimal berkembang ketika anak berusia 4 tahun. Si anak sudah mulai kritis terhadap yang terjadi disekitarnya. Area ini banyak kita pakai ketika kita sedang melakukan analisa terhadap sesuatu. Area ini merupakan tempat tersimpannya ingatan jangka pendek seperti ingatan apa yang kita lakukan hari ini. Ketika Anda mempelajari hal baru, belajar mengemudikan mobil misalnya, kita lebih banyak menggunakan area ini.

Area Kritis (Critical Area)

Area ini sering kami sebut-sebut sebelumnya. Area ini bisa dibilang seperti buah simalakama hehehe…. Kalau dia ada kita susah melakukan perubahan terhadap sikap ataupun mental yang tidak mendukung perkembangan kita.

Tapi kalau dia tidak ada kita juga bakalan kesusahan karena kita tidak mempunyai filter yang berfungsi untuk memilah-milah apa yang pantas masuk ke dalam area pikiran bawah sadar dan mana yang tidak pantas. Kita bakalan jadi orang yang plin-plan yang mudah sekali dipengaruhi oleh keadaan ataupun orang lain.

Tugas utama critical area adalah sebagai filter atas data yang kita terima (Pikiran Sadar). Jika sesuai dengan program yang sudah ada di pikiran bawah sadar maka data tersebut akan memperkuat program sebelumnya (kebiasaan, mindset, emosi dll). Tapi jika tidak sesuai maka akan ditolak oleh critical factor.

Area ini mulai berkembang secara optimal ketika anak berumur 4 tahun. Dan semakin menebal dengan bertambahnya usia anak tersebut. Dan hal ini membuat anak menjadi semakin kritis terhadap kondisi sekitar.

Nah repotnya jika ada program yang tertanam dalam bawah sadar sudah tidak sesuai dengan kondisi dia yang sekarang dan perlu dirubah, kita memerlukan usaha yang sangat keras untuk

merubahnya. Karena kalau merubahnya hanya mengandalkan pikiran sadar maka kita akan berhadapan dengan tembok pembatas yang sangat kuat. Tembok yang bertugas untuk melindungi apa yang ada di baliknya (pikiran bawah sadar) agar tidak berubah-ubah.

Agar bisa merubah program tersebut maka kita perlu mencari cara agar bisa melewati tembok tersebut dan hipnotis adalah salah satunya.

Ya, hipnotis hanyalah salah satu cara. Masih ada beberapa cara agar tembok ini bisa kita lewati. Inilah beberapa cara melewati critical area menurut Adi W Gunawan:

1. ***Hipnotis***

   Untuk bagian ini sepertinya tidak perlu kami bahas disini karena buku ini juga mengenai penggunaan hipnotis.

2. ***Repetisi/pengulangan***

   Jika Anda familiar dengan buku pengembangan diri atapun mengikuti MLM pasti pernah mendengar ini. Untuk menanamkan mindset positif kita disuruh untuk mengucapkan affirmasi sesering mungkin.

   Affirmasi seperti "Kami adalah orang yang percaya diri" atau "Semua orang senang dengan kami" dan sebagainya. Dan

affirmasi itu diucapkan dari bangun tidur sampai mau tidur. Setiap kali ada waktu senggang terus diucapkan.

Menurut penelitian terbaru jika kita melakukan hal yang sama secara terus menerus maka akan terbentuk jalur baru dalam otak kita. Seperti inilah cara terbentuknya suatu kebiasaan baru, pada awalnya susah terbentuk tapi jika dilakukan terus menerus maka kita jadi terbiasa melakukan kebiasaan tersebut.

Demikian juga dengan affirmasi yang dibaca terus menerus bisa saja akan mewujud dalam diri kita. Tapi karena adanya area kritis teknik ini cukup melelahkan apalagi kalau affirmasiny sangat bertentangan dengan program yang sudah ada sebelumnya.

3. ***Saran dari figur yang sangat kita hormati***

Jika Anda mempunyai tokoh yang sangat Anda hormati maka secara tidak sadar Anda menurunkan tembok critical area Anda. Apa yang Beliau ucapkan bisa jadi Anda anggap 90% adalah kebenaran.

Ini juga alasan banyak tentang sikap orang yang fanatik terhadap aliran tertentu. Mereka hanya mendengar omongan dari orang yang dihormati dalam aliran tersebut tanpa menghiraukan omongan orang lain

ketika apa yang disampaikan oleh Tetua tersebut salah.

Mereka akan membela mati-matian Tetua tersebut dengan berbagai argumen jika ada pihak luar berbeda pendapat. Dari argumen yang masuk akal, terlihat seperti masuk akal sampai argumen yang tidak masuk akal.
Pada area inilah paranormal juga bekerja. Ketika seorang pasien sangat mempercayai apa yang diucapkan oleh paranormal tersebut maka dia secara tidak sadar telah memberikan sugesti pada diri sendiri. Dan akhirnya terciptalah apa yang dinamakan dengan Self Fulfilling Prophecy atau Ramalan Yang Terwujud Karena Diri.

Karena pasien tidak mengetahui cara kerja pikiran maka dia langsung menganggap kalau paranormal tersebut sakti mandraguna.

4. ***Identifikasi kelompok termasuk keluarga***

Seperti yang diatas ketika menjadi fanatik pada kelompok tertentu kita menjadi lebih mudah menerima saran dari kelompok tersebut. Dan ketika ada pendapat yang berseberangan dengan pendapat kelompok maka kita lebih mempercayai pendapat kelompok kita.

Dari pengamatan kami ini juga terjadi di umat Islam Indonesia. Ketika adanya foto

yang tersebar tentang terjadi pembantaian di umat Muslim di Rohingya maka tanpa pikir panjang menganggap itu foto memang benar dan kemudian ikut menyebarkan foto-foto tersebut tanpa melakukan cross check.

Padahal setelah diteliti ternyata itu foto dari arsip yang lama dan mayat-mayat yangsedang digotong oleh para biksu tersebut adalah korban gempa bumi. Ada juga kasus pemakaman seorang ustadz selebritis yang dibilang ada foto langit seperti orang sedang berdo'a. Dan ketika itu media social menjadi heboh dan banyak yang mempercayai hal tersebut. Usut punya usut ternyata foto tersebut sudah ada sebelum ustadz tersebut meninggal.

5. ***Emosi yang intens***

Ketika Anda sedang mengalami emosi yang luar biasa Anda menjadi sangat mudah diprovokasi oleh orang lain tanpa memikirkan akibatnya. Tidak juga memikirkan apakah yang disampaikan oleh orang yang memprovokasi kita itu benar atau bohong.

Area ini juga dilakukan oleh para pengiklan di televisi.
Mereka menampilkan suatu gambaran betapa menyenangkan hidup Anda setelah Anda memakai produk mereka. Dan betapa

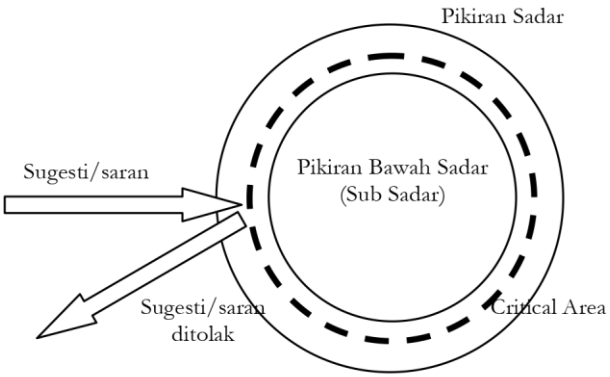
menderitanya Anda sebelum memakai produk mereka.

Area ini juga dipakai oleh para penipu untuk melewati critical area. Emosi yang mereka gunakan kebanyakan adalah keserakahan dan perasaan takut. Banyak kasus penipuan dengan modus menawarkan barang yang kalau aslinya harganya mahal tapi karena alasan yang terdengar logis dia menjualnya dengan sangat murah.

Jadi manakah yang paling efektif diantara semua itu untuk melewati critical area? Ya kalau menurut kami kenapa tidak digunakan sesuai situasi dan kondisi saja. Tidak harus selalu menggunakan teknik hipnotis untuk melewati critical area, jika bisa digabungkan kenapa tidak,

Seperti orang yang lebih percaya mistik ya ketika melakukan terapi kadang kami menggunakan cara ala dukun padahal sebenarnya itu hipnotis. Karena bagi kami hipnotis adalah tentang menggunakan apa yang dipercayai oleh klien kita.

Untuk lebih memudahkan Anda memahami cara kerja critical area
Anda bisa melihat gambar model berikut:

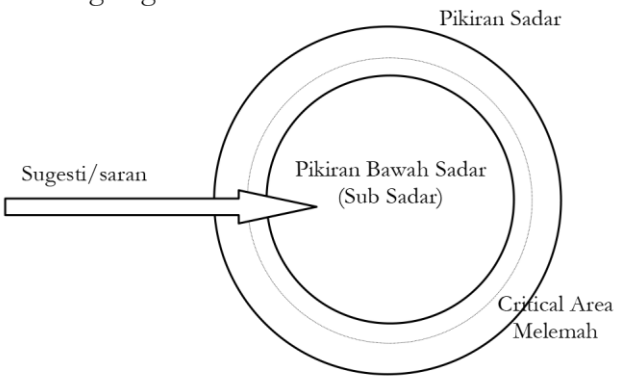


Pada gambar tersebut kita dapat melihat ketika kita memberikan sugesti tanpa melakukan bypass (melewati) critical area maka sugesti tersebut akan ditolak oleh critical area kita. Ini juga termasuk jika sugesti atau saran tersebut bertentangan dengan program yang sudah ada dalam pikiran bawah sadar.

Meskipun sugesti tersebut datang dari kita dan untuk diri kita tetap akan ditolak jika critical area menilai kalau sugesti yang kita berikan tidak sesuai dengan program yang sudah ada. Ini juga alasan menurut kami repetisi itu kurang efektif karena memerlukan tenaga (usaha) yang sangat besar agar critical area bisa tertembus.

Bedakan dengan gambar ini:

Bedakan dengan gambar ini:



Ketika critical area dapat kita lemahkan melalui kelima cara yang sudah kami sebutkan sebelumnya maka sugesti dapat masuk ke pikiran bawah sadar. Melalui cara ini juga kita dapat melakukan modifikasi program pikiran yang sudah ada sebelumnya.

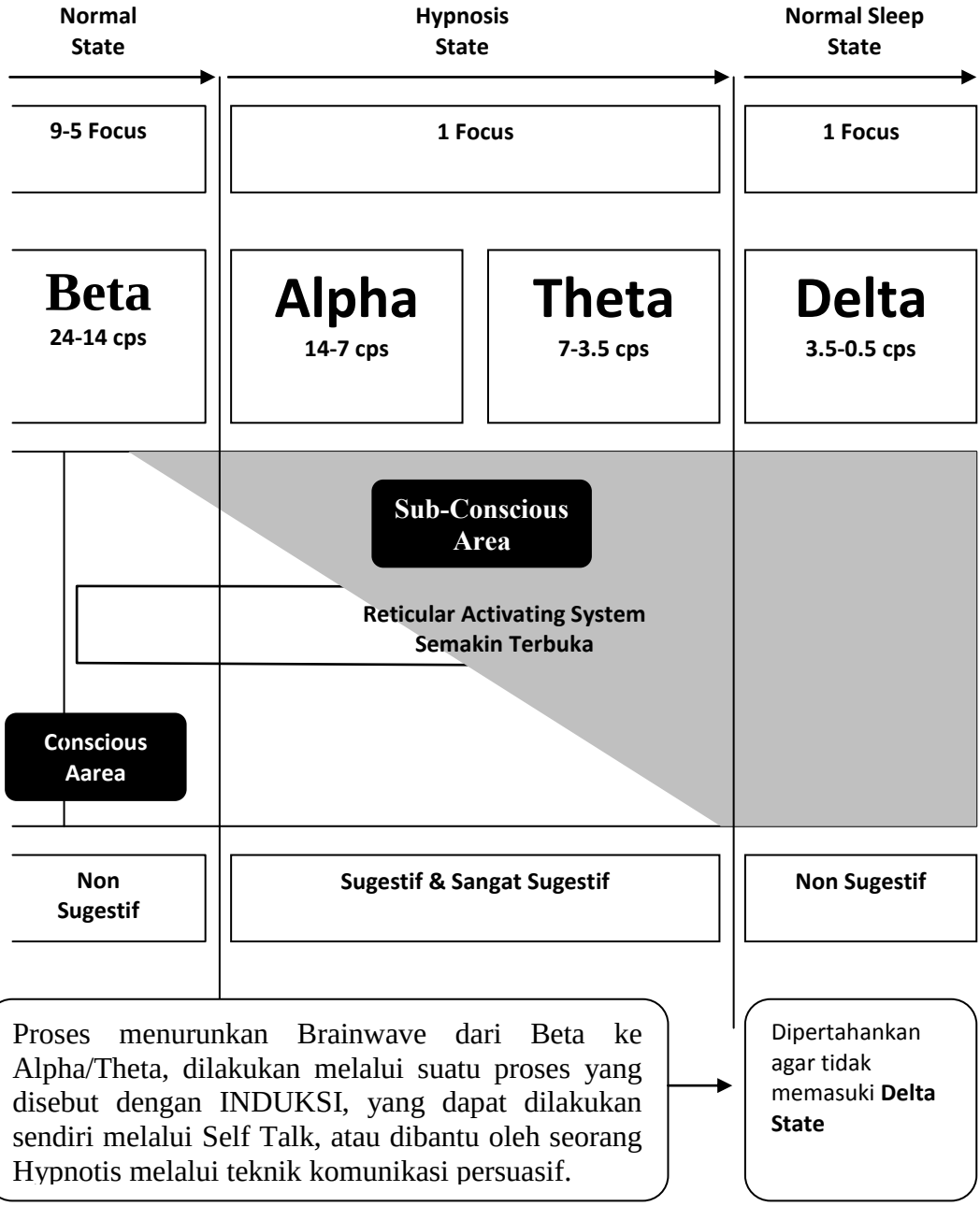
Tentu saja tidak semua sugesti akan dieksekusi oleh pikiran bawah sadar. Jika sugesti tersebut bertentangan dengan nilai moral dia baik itu moral agama maupun lingkungan sekitar maka sugesti tersebut masih bisa ditolak. Ini juga alasan kegagalan Anda jika Anda menghipnotis sesama jenis Anda untuk mencintai Anda hehehe…. Tentu saja dengan catatan kalau orang tersebut bukan penyuka sesama jenis ya kekeke….

Teori Gelombang Otak

Dalam dunia hipnotis berkembang juga teori gelombang otak dimana ketika dalam kondisi hipnotis di level tertentu ada gelombang otak yang dominan. Meski secara pribadi untuk saat ini kami masih kurang setuju tapi ada baiknya kalau teori ini kami bahas juga disini.

Otak manusia dalam kerjanya menggunakan gelombang listrik yang biasa disebut sebagai Gelombang Otak atau Brainwave. Gelombang otak ini diukur dengan alat yang bernama Electro Encephalograph (EEG).

Pada saat bersamaan otak manusia menghasilkan 4 gelombang otak, antara lain: beta, alpa, theta dan delta. Meski menghasilkan gelombang otak secara bersamaan tapi hanya salah satu saja yang dominan pada saat itu. Setiap gelombang mempunyai karakteristik yang berbeda-beda dan menandakan kondisi mental seseorang pada saat itu.


Normal State
Hypnosis State
Normal Sleep State
9-5 Focus
1 Focus
1 Focus
Beta
24-14 cps
Alpha
14-7 cps
Theta
7-3.5 cps
Delta
3.5-0.5 cps
Sub-Conscious Area
Reticular Activating System
Semakin Terbuka
Conscious Aarea
Non Sugestif
Sugestif & Sangat Sugestif
Non Sugestif
Proses menurunkan Brainwave dari Beta ke Alpha/Theta, dilakukan melalui suatu proses yang disebut dengan INDUKSI, yang dapat dilakukan sendiri melalui Self Talk, atau dibantu oleh seorang Hypnotis melalui teknik komunikasi persuasif.
Dipertahankan agar tidak memasuki **Delta State**

Berikut ini penjelasan singkat mengenai karakteristik keempat gelombang otak tersebut:

1. Gelombang Beta (13-30 Hz)

   Pada gelombang ini manusia berada dalam kondisi sadar/terjaga. Kondisi beta ada jika kita melakukan analisis, menyusun informasi, berdiskusi, memikirkan sesuatu yang rumit dll. Gelombang ini muncul ketika kita melakukan kegiatan sehari-hari yang memerlukan konsentrasi.

2. Gelombang Alpha (8-13 Hz)

   Gelombang ini muncul dan menjadi lebih dominan ketika kita dalam kondisi rileks. Biasanya muncul ketika melakukan kegiatan yang kita senangi, hanyut dalam cerita film yang sedang kita tonton atau ketika sedang berdo'a dengan khusyuk. Dalam kondisi ini kita masuk dalam kondisi light trance atau trans ringan.

3. Gelombang Tetha (4-8 Hz)

   Gelombang ini adalah gelombang yang paling ideal ketika memberikan suatu sugesti. Gelombang ini menjadi dominan di otak kita ketika kita tertidur dan bermimpi. Fungsi critical factor ketika gelombang ini dominan sangat lemah dan dalam hypnosis ketika seseorang dalam gelombang ini disebut dia mengalami kondisi deep trance.

4. Gelombang Delta (0,5-4 Hz)

   Gelombang ini menjadi dominan ketika kita tertidur lelap tanpa mimpi. Dan kondisi seperti ini tidak bisa diberikan suatu sugesti.

Nah itulah keempat jenis gelombang yang sering muncul di otak manusia. Apakah ada campur tangan jin? Heheheheh….

Hal inilah yang dilakukan oleh praktisi hypnosis, memandu Anda ke gelombang otak Alpha / Theta, dalam keadan sugestif, sehingga kritikal area terbuka untuk menyisipkan program baru yang dikehendaki.

Kondisi Trance

Dalam kondisi hipnotis dikenal beberapa level trance yang menandai sampai seberapa siap orang yang dihipnotis itu untuk menerima sugesti tertentu. Kondisi trance tersebut adalah Trance Ringan (Light Trance), Medium Trance dan Deep Trance. Dan untuk melakukan permainan hipnotis sampai ke halusinasi maka kita memerlukan kodisi Deep Trance.

Selain yang kami sebutkan diatas ada lagi kondisi trance yang bisa terjadi dalam hipnotis yaitu Esdaile State atau yang biasa dikenal dengan nama Coma State. Kondisi ini pertama kali ditemukan oleh dokter James Esdaile ketika beliau masih bertugas di rumah sakit tahanan di india.

Pada saat itu masih belum ada penemuan obat bius sehingga untuk melakukan operasi para dokter harus membuat si pasien mabuk atau tidak sadarkan diri. Dengan metode ini hanya sekitar 50% saja pasien yang berhasil diselamatkan. Ketika itu dokter esdaile melakukan eksperiman menggunakan metode dari mesmer untuk melakukan operasi.

Dan keberhasilan dari operasi tersebut lebih dari 90% bahkan itu termasuk operasi besar seperti pembedahan perut. Eksperimen-eksperimen tersebut didokumentasikan dalam buku yang

berjudul “Mesmerisme In India”. Buku ini merupakan buku penggunaan hipnotis pertama kali yang terdokumentasikan dengan baik.

Kaming ketika ketika masa tugas beliau selesai dan kembali ke negaranya eksperimen beliau tidak diterima oleh kalangan dokter. Dan tidak berapa lama obat bius ditemukan. Karena itu penemuan dari dokter esdaile tidak diteruskan. Untuk mengenang jasa beliau maka state ini dinamakan dengan Esdaile State. Trus bagaimana dengan sebutan Coma State?

Kondisi ini disebut dengan Coma State karena pada kondisi ini orang seperti mengalami koma. Karena gelombang otak pada kondisi ini hampir mendekati 0 dan ketika mencapai kondisi ini seseorang menjadi sangat tidak responsif terhadap sugesti. Untuk kondisi ini tidak ideal jika digunakan untuk permainan hipnotis ataupun terapi. Untuk membuat seseorang bisa keluar dari kondisi ini memerlukan teknik khusus.

Ciri-ciri Trans

Pupil Mata melebar

Anda akan melihat kecenderungan pupilnya membesar, menjadi lebih besar.
Tentu saja, ini akan berubah sesuai dengan keadaan lingkungan. Pada hari yang cerah/terang pelebaran pupil lebih sedikit jika dibandingkan di tempat yang remang atau suasana yang intim. Ini merupakan sifat alami mata saat terkena cahaya.

Melambatnya Denyut Nadi

Sekarang yang jadi pertanyaan, "Bagaimana caranya mengetahui Denyut tanpa menyentuh pergelangan tangan dan bahkan menemukannya? " Jawabnya: ada bagian-bagian tertentu pada tubuh di mana pembuluh darah berada sangat dekat dengan kulit. Dan Anda benar-benar dapat melihatnya. Salah satu tempatnya adalah sisi leher.

Melambatnya Nafas

Perhatikan perubahan pola pernafasan adalah: "Apakah mereka bernapas pada kecepatan yang berbeda dengan dari biasanya? " Eits tapi hati-hati,

Anda jangan dulu pergi dan menatap langsung ke dada orang, apalagi yang Anda lihat adalah dada wanita, **BAHAYA bisa digampar,** heheheh…. Acuan paling gampang adalah liat naik turunnya bahu ya.

Mata Berkaca-kaca/ nanar

Anda dapat melihat tanda-tanda seperti mata mereka tertuju pada satu titik, mungkin mata mereka mulai berkaca-kaca sedikit dan mata cenderung diam tidak bergerak.
Ini semua adalah tanda-tanda bahwa perhatian orang telah terpaku, yang berarti mereka mulai masuk ke trans.

Meneguk Liur

Contoh lain dari fitur trans yang pelu diperhatikan adalah perubahan dalam gerakan jakun/mekanisme menelan. Biasanya, ketika disaat awal memasuki kondisi trans, biasanya seseorang mulai menelan lebih sering.

Melambatnya Gerakan Tubuh

Tanda-tanda lain terjadinya trans adalah *immobility of movement.* Ketika orang berhenti bergerak, ada

kecenderungan mereka sedang trans. Jadi, jika Anda bertemu seseorang yang kalo berbicara banyak melakukan gerakan tangan, tubuh dan gerakan kepala dll, dan secara bertahap gerakan-gerakan melambat, dan kemudian berhenti sama sekali, itu adalah tanda bahwa mereka telah memasuki keadaan kodisi gelombang otak theta (trans).

Tahapan Hipnotis

Pra Induksi

Tahapan ini adalah tahapan yang paling penting jika Anda ingin melakukan permainan stage hypnosis. Kami ingin sekali banyak teman-teman yang lebih memfokuskan bagaimana menghipnotis secara cepat tapi lupa bertanya bagaimana memilih orang mudah dihipnotis secara cepat.

Pada tahapan inilah rahasia para stage hypnotis, tujuan utamanya adalah memilih orang yang termasuk dalam kategori mudah dihipnotis. Karena dalam permainan stage hypnosis kita tidak bisa menghabiskan banyak waktu untuk membuat orang yang kita hipnotis berada dalam deep trance.

Kenapa harus di deep trance? Ingat pada kondisi yang seperti ini orang yang kita hipnotis bisa mengalami halusinasi. Dan orang yang paling cepat mencapai kondisi ini adalah orang yang mempunyai sugestibilitasnya tinggi. Untuk mendapatkan orang bertipe ini kita melakukan tes yang biasa disebut dengan tes sugestibilitas.

Banyak orang tidak ingin dihipnotis saat kita mengatakan ingin menghipnotis maka kalimat pembuka yang bisa dipakai adalah :

- *Oke, kita main sulap biar lebih seru. Bukan sulap biasa, ini sulap pikiran. Jadi pertama kamu akan kami bimbing menuju kondisi yang sangat rileks. Kamu mau? Untuk itu, sekarang ikuti instruksi kami....*
- *Diantara teman-teman disini ada yang ingin lebih percaya diri atau menghilangkan rasa takut? Kalau ada, kami bisa bantu menghilangkan rasa takut dan membuat lebih percaya diri dengan hipnotis.*
- *Kami bisa membantu Anda untuk menghilangkan kebiasaan buruk dengan hipnotis. Ada yang ingin?*
- *Ada yang mau berhenti merokok? Kami bisa bantu Anda untuk berhenti merokok dengan hipnotis. Setelah kami hipnotis Anda, rokok rasanya menjadi sangat tidak enak.*
- *Disini ada yang punya sakit mudah capek, sering pegal-pegal, asam urat atau penyakit lainnya? Kami bisa bantu…*
- *Siapa yang ingin tahan lama ketika berhubungan dengan istri? Kami bisa bantu Anda dengan hipnotis.*

Ini beberapa tekhnik yang paling sering dipakai, simple bin praktis….

Mata Lengket

Pada teknik ini orang yang akan kita hipnotis kita suruh untuk menutup mata dan membayangkan atau mengimajinasikan kalau kedua mata dia

menjadi lengket. Inilah salah satu contoh script tenkik ini:

"Nah sekarang tutup mata anda… buat mata Anda serileks mungkin… Bagus…. Sekarang imajinasikan kedua mata Anda dipasang isolasi sehingga mata Anda menjadi benar-benar lengket. Buat itu menjadi senyata mungkin dan mata Anda sudah lengket sekarang k**alau Anda sudah yakin mata Anda sudah lengket coba buka mata anda, semakin Anda coba membuat mata Anda semakin lengket. Semakin dicoba… semakin lengket lagi……** nah berhenti mencoba. Sekarang pada hitungan ketika tiga Anda bisa membuka mata anda, satu…… dua….. tiga….."

Bagaimana jika ternyata orangnya bisa membuka mata? Maka itu bisa diartikan kalau dia bukan orang yang tepat untuk kita ajak permainan stage hypnosis. Cari orang lain sampai menemukan orang yang tidak bisa membuka matanya. Sekeras apapun dia mencoba membuka matanya tapi dia matanya masih lengket.

Pada script tersebut ada bagian yang di bold (tebalkan). Bagian itu merupakan yang penting dalam script. Berikut penjelasan kenapa kata itu penting:

- Coba/mencoba : kata ini secara tidak langsung berkonotasi dengan kegagalan. Kata mencoba itu seperti kita melakukan sesuatu dengan tidak sungguh-sungguh atau setengah hati.

- Semakin Anda mencoba ….. menjadi semakin…. : kalimat ini juga mensugestikan orang untuk gagal melakukan yang ingin dia coba lakukan. Seperti efek kebalikan. Jika mencoba A maka hasilnya jadi B. Coba dibuka menjadi semakin lengket.

Dari belajar dan pengalaman selama ini kami menstrukturkan, ada frase kunic dari semua tes sugestibilitas, kami beri contoh :

Jari Lengket

"Sekarang silahkan buat jari Anda seperti ini ya (jari telunjuk dan jempel di tempelkan) **Fokuskan** perhatian ke pertemua dua jari ini, **Bayangkan** jari itu diberi cairan lem yang sangat kuat, bahkan lebih kuat daripada yang pernah kamu liat dan rasakan, dan semakin lama cairan itu mengering dan semakin lengket, **Rasakan** jari tersebut lengket dan terus lengket, **Semakin lama semakin** lengket dan semakin lengket, Semakin coba di lepas semakin lengket, silahkan dicoba, lengket kan?

Note: kata/kalimat yang kami bold/tebalkan adalah kata kunci, selebihnya itu kreatifitas kita saja untuk mengolah skripnya, kami tidak menghafal, yang kami hafal hanya kata yang kami tebalkan tadi.

Tes Sugestibilitas Khas Nusantara

Wah apalagi ini? Kami yakin hal ini jarang didapatkan dipelatihan manapun, ada tes tanpa tes, ini adalah rahasia terbesar *heheheheh*. Apa yang kita lakukan….????

Cukup tanya, pernah liat hantu? Pernah kesurupan? Percaya hal mistik? Kalau iya, sudah pasti orang tersebut sangat sugestif.

Kami sering sekali bersinggungan dengan hal berbau paranormal, sering melihat fenomena merubah air putih menjadi memiliki rasa tertentu, pahit manis bahkan rasa minuman beralkohol, kok bisa? Ya bisa, kita kembali keatas, orang yang datang kedukun dengan niatan sendiri sudah pasti yakin benar dengan hal mistik, ditambah lagi baju dan otoritas si dukun (karena dengar dari cerita orang banyak tentang kesaktiannya) dia telah terhipnotis saudara.

Apapun yang disugestikan si dukun tentu terjadi, karena apa? Karena dirinya memiliki tingkat sugestibiltas yang sangat tinggu/ mudah dihipnotis.

***

Apa harus menggunakan tes dulu untuk menemukan orang yang punya tingkat sugestibilitas bagus? Untuk awal -awal memang ada bagusnya menggunakan tes sugestibilitas

apalagi kalau untuk tujuan perform di panggung yang dilihat oleh orang banyak. Selanjutnya dari pengembangan Anda termasuk mengembangkan tes sugestibilitas yang standar sehingga tidak terlihat sebagai tes sugestibilitas.

Ketika hendak melakukan tes sugestibilitas kepada seseorang jangan Anda bilang kalau mereka akan dihipnotis ataupun mau tes sugestibilitas dulu. Anda bisa mengatakan kalau Anda mengajak mereka bermain-main dengan imajinasi mereka. Permainan yang membutuhkan tingkat fokus yang bagus.

Kenapa demikian? Untuk saat ini orang Indonesia masih memiliki persepsi yang buruk tentang hipnotis. Ketika mereka takut maka dia akan membentengi diri mereka dan tidak mau diajak kerja sama/menolak apa yang kita sugestikan. Selain itu jika ternyata yang kita tes tersebut bukan orang tipe sugestibilitas bagus maka Anda bisa berdalih kalau mereka tidak punya imjainasi yang bagus.

Ya sedikit licik memang. Namun untuk awal belajar kita perlu seperti itu. Karena jika mereka tahu Anda sering gagal menghipnotis maka orang yang punya tingkat sugestibilitas baguspun akhirnya tidak mempercayai anda. Ketika mereka sudah tidak mempercayai Anda maka merekapun menjadi sulit untuk Anda hipnotis. Ingat, hipnotis adalah masalah apa yang dipercayai oleh orang yang kita hipnotis.

Induksi

Setelah Anda menemukan orang yang termasuk dalam tipe sugestibilitas tinggi Anda bisa melakukan induksi/melewati area kritis menggunakan shocking induction. Teknik ini mengejutkan orang yang kita hipnotis dan dibarengi dengan perintah "Tidur".

Menurut Gerald Kein, ketika orang terkejut maka sepersekian detik area kritis "terbuka". Nah pada saat itu kita manfaat dengan mengucapkan perintah "Tidur".

Teknik yang kami bahas ini dinamakan hand drop yang dikembangkan oleh Gerald Kein. Teknik ini dilakukan ketika orang yang kita hipnotis dalam posisi duduk dan kita berada di depannya. Teknik ini dilakukan dengan menyuruh menaruh telapak tangan dia diatas telapak tangan kita (masih dalam posisi duduk).

Setelah dia menaruh telapak tangannya diatas telapak tangan kita kemudian kita suruh dia untuk menekan tangan kita. Dan kita tetap mempertahankan posisi tangan kita.

"Bagus Anda mempunyai daya imajinasi yang tinggi, sekarang kita bermain-main lagi dengan kekuatan imajinasi Anda. Kita lihat apa kekuatan imajinasi bisa membuat Anda merasakan energi yang kami kirim. Taruh tangan Anda diatas tangan

kami. Bagus… sekarang tekan dengan keras tangan kami… terus tekan…..tekan…..
tekan…..”

Pada saat dia menekan tangan Anda, tetap pertahankan posisi tangan Anda (melawan tekanan dia). Ketika tekanannya sudah cukup kuat maka ucapkan “Bagus terus tekan dengan kekuatan seperti ini. Sekarang lihat mata kami, tarik napas yang dalam dan TIDUURR…” Beberapa saat sebelum Anda mengucapkan kata “Tidur” tersebut tarik tangan Anda kebelakang sehingga tangan dia jatuh dan dia kehilangan keseimbangan.

Ingat! Ketika Anda menarik tangan kebelakang, Anda langsung mengucapkan kata “Tidur”. Orang yang kita hipnotis tersebut akan kaget karena badannya mau jatuh nah ketika itu area kritis terbuka sebentar. Manfaatkan kesempatan tersebut dengan memberikan sugesti “Tidur”.

Dan setelah induksi langsung Anda lanjutkan dengan proses deepening agar dia semakin masuk dalam kondisi trance.

Note: untuk shock induction harus memperhatikan beberapa hal, kita harus mengetahui riwayat penyakit klien kita, apakah pernah sesak nafas, jantung, epilepsy, pengapuran? Jika ada gunakan teknik lain.

Deepening

Ketika Anda berhasil melakukan induksi maka langkah selanjutnya adalah melakukan deepening dari kondisi trance yang dialami oleh orang yang kita hipnotis. Untuk contoh teknik ini kami akan memberikan teknik deepening yang banyak dipakai oleh para praktisi.

Teknik ini biasa disebut dengan count down/hitungan mundur.

"Bagus… Sesaat lagi kami akan menghitung dari 10 sampai 1 dan setiap hitungan mundur buat diri anda…. Dan ijinkan diri Anda menjadi semakin rileks… santai…. Dan damai…10… lebih rileks lagi…. 9….. dua kali lipat lebih rilekss…. 8… santai… 7…… 6…..5…. bagus sekali semakin rileks lagi…. 4….. semakin damai….3…. jauh lebih rileks lagi… 2…… 1…… sangaatt rileks…."

Kita menggunakan mundur karena secara psikologis membuat orang yang kita hipnotis merasa setiap angka yang berkurang maka berkurang juga "kesadarannya" atau semakin masuk dalam kondisi trance yang lebih dalam dari sebelumnya. Tentu saja penggunaan deepening pada saat praktek tidak hanya satu ini saja. Anda bisa mengkombinasikan dengan teknik deepening lain seperti fraksinasi, utilisasi keadaan sekitar ataupun menggunakan napas (Undang kami dan buat workshonya, ehehehehe).

Sugesti

Ketika orang yang kita hipnotis sudah "mencapai" kondisi trance yang cukup untuk melakukan permainan maka Anda bisa melanjutkannya dengan memberikan sugesti permainan. Jika orang yang Anda hipnotis itu mempunyai tingkat sugestibilitas yang tinggi maka seharusnya proses deepening yang Anda lakukan tidak lama.

Kami akan mencontohkan memberi sugesti amnesia atau lupa pada angka 4. Ingat kunci dari kesuksesan dalam permainan stage hypnosis adalah orang yang kita yang kita hipnotis tersebut mempunyai tingkat sugestibilitas yang tinggi.

"Nah sekarang Anda bisa mengimajinasikan Anda berada di tempat yang membuat Anda merasa rileks dan santai. Perhatikan sekeliling anda…. Semakin and memperhatikan sekeliling Anda membuat Anda semakin rileks dan santai……Perhatikan juga di depan Anda ada sebuah pensil, penghapus dan kertas kosong…. Sekarang tulis angka 1 sampai dengan 10 pada kertas tersebut… (beri waktu sebentar untuk dia "menuliskan). Jika sudah selesai menuliskannya anggukan kepala. Nah sekarang ambil penghapus tersebut…. Sekarang hapus angka 4 sampai bersih.

Jika sudah selesai menghapus angka tersebut sampai bersih anggukkan kepala. Nah karena angka tersebut sudah hilang maka untuk sementara kalau Anda menghitung dari 1 sampai 10 atau sampai berapapun maka Anda

menghitungnya mulai 1,2,3,5,6,7 dan seterusnya. Dan bagi Anda memang seharusnya begitu kalau menghitung. Jika mengerti anggukkan kepala.

Untuk sementara buka mata anda. Nah sekarang aku tanya, jari manusia normal itu ada berapa? Sekarang hitung berapa jari Anda secara cepat."

Jika orang yang kita hipnotis tersebut berhenti agak lama di angka 3 dan seperti mencoba mengingat sesuatu yang dia lupakan maka bantu dia menghitung.

"Ok kita ulangi lagi….. (sambil menunjuk jarinya) 1….2…..3……5…… 6….."

Kalau dia bingung kenapa jari dia jadi 11 ya bilang aja tuh jari orang gak normal hahaha….

Jika sudah puas bermain saatnya menghilangkan pengaruh sugesti yang kita berikan tadi.

"Sekarang pejamkan mata anda, sesaat lagi kami akan menghitung dari 1 sampai 3 dan pada hitungan ke 3 Anda kembali berada di tempat membuat Anda rileks dan santai sebelumnya dan disitu masih tergeletak kertas, pensil dan penghapus tadi. Satu…. dua…. Tiga….. nah Anda sudah berada ditempat sebelumnya sekarang ambil pensil tersebut dan tuliskan angka 4 kembali ke dalam kertas tadi. Jika sudah selesai anggukkan kepala anda.

Bagus mulai sekarang Anda kalau menghitung dari 1 sampai berapapun, Anda menghitungnya seperti biasa yang Anda lakukan sebelum Anda kami hipnotis hari ini. Anda menghitungnya dari 1,2,3,4,5,6 dst. Jika mengerti anggukkan kepala anda." Setelah dia menganggukan kepala Anda bisa melanjutkan ke proses emerging. Setelah proses emerging Anda pastikan dia benar-benar ingat kembali angka 4, suruh dia hitung lagi dari 1 sampai 10.

Anda tidak harus menggunakan script yang sama persis diatas. Anda bisa mengembangkannya sendiri. Jika orang yang Anda hipnotis adalah teman atau orang yang lebih muda maka kata "Anda" tersebut bisa dibanti dengan "Kamu". Jika anda ingat arti hipnotis, ada kalimat "diterimanya sugesti **tertentu**". Iya, tidak semua segusti akan dilaksanakan oleh orang yang kita hipnotis.

Meski area kritis sudah lemah tapi dia tetap berfungsi. Jika sugesti yang anda berikan tidak sesuai dengan nilai-nilai yang dia pegang teguh maka maka sugesti tersebut tetap ditolak. Jadi anda tidak bisa menghipnotis orang yang dalam kehidupan sehari-hari ceria untuk melakukan aksi bunuh diri, kecuali kalau dia memang merasa tidak berharga mungkin bisa (mungkin ya..). Atau anda menyuruh wanita yang memegang norma masyarakat Indonesia secara teguh untuk melakukan tarian striptise (tarian vulgar/telanjang), kecuali dia memang ada bibit untuk melakukan hal itu.

Jadi meski dalam kondisi terhipnotis kita masih mempunyai "pengaman" agar sugesti yang diberikan oleh orang lain tidak membuat kita celaka.

Yang perlu Anda ingat dalam membuat sugesti adalah Anda tidak memberikan sugesti yang membahayakan orang yang kita hipnotis seperti bilang tangannya jadi kebal atau Anda memberikan sugesti yang mempermalukan dia. Setelah melakukan permainan Anda WAJIB menetralkan sugesti permainan yang Anda berikan. Jangan sampai pulang-pulang dia masih lupa nama dia atau angka.

Emerging

Pada bagian ini kita akan membawa orang yang kita hipnotis kembali ke "kesadaran normal". Kesadaran dimana area kritis dia berfungsi secara penuh. Teknik yang paling mudah untuk emerging adalah menghitung angka secara naik. Berbeda dengan teknik deepening, teknik ini dimulai dari 1 sampai dengan 10 dan setiap hitungan naik membuat dia menjadi segar dan sadar sepenuhnya.

"Nah sesaat lagi kami akan menghitung dari 1 sampai dengan 10 dan setiap hitungan naik memuat Anda menjadi segar.

Satu…. Rasakan perasaan segar mulai menjalar….Dua……..Tiga…….perhatikan perasaan segar itu menjalar ke kaki kiri

anda……Empat……..perasaan segar menjalar ke kaki kanan anda……Lima…….. perasaan segar menjalar ke perut dan dada anda……. Enam……. Perasaan segar menjalar ke tangan kanan anda…….Tujuh……perasaan segar menjalar ketangan kiri anda….Delapan……perasaan segar menjalar ke wajah dan seluruh kepala anda…….Sembilan……Anda mulai gerakkan jari-jari anda……..Sepuluh……..buka mata Anda dan sadar sepenuhnya."

Dalam emerging perlu dilakukan secara perlahan supaya dia kembali ke "kesadaran" semula secara nyaman. Anda pasti jengkel kan kalau seandainya sedang enak-enakan tidur trus dibangunkan secara paksa.

Trus bagaimana jika dia tidak mau membuka mata? Hal ini biasa terjadi karena mereka terlalu dalam masuk dalam kondisi trance tapi meski demikian hal ini tetap aman kok. Seperti yang kami bilang sebelumnya jika kondisi ini terjadi dan kita biarkan saja maka dia akan masuk ke fase tidur betulan.

Jika kondisi tidak memungkinkan maka anda bisa melakukan emerging sekali lagi dengan lebih banyak memberi jeda pada setiap hitungan dan menekankan setiap hitungan naik dia menjadi semakin segar sehingga ketika hitungan kesepuluh dia bisa membuka mata dan merasakan kesegaran yang luar biasa.

Secara formal hipnotis memiliki tahapan yang kami sebutkan diatas. Tentu saja dalam prakteknya jika menganut arti hipnotis yang kami sebutkan maka tahapan tersebut ada yang tidak berlaku, misalnya saja dalam melakukan waking hypnosis. Dalam home study course video hypnosis yang kami buat ada video demo dimana kami membuat teman kami jadi lengket ke tembok hanya dengan modal visualisasi saja dan itu dalam kondisi mata terbuka.

Jadi Anda tidak harus menganggap kalau tahapan tersebut harga mati yang harus dijalankan. *Be Flexible* saja dan ingat arti dari hipnotis itu apa. Nah kami sudah menjelaskan apa itu hipnotis dan bagaimana melakukan hipnotis. Tugas Anda adalah mempraktekkannya karena hanya dengan membaca buku ini dan tidak mempraktekkannya maka Anda hanya akan jadi tukang teori tanpa bisa melakukannya.

Terungkap!!!!

SISI LAIN HIPNOTIS

WARNING!!

Halaman-halaman selanjutnya dari buku ini dipersembahkan untuk orang-orang yang benar-benar tertarik dengan dunia hipnotis. Pada bagian ini dituliskan apa yang kami pikirkan tentang hipnotis. Suatu pemikiran yang mungkin ada yang masih belum bisa dibuktikan kebenarannya.

Oleh karena itu kami berharap Anda tidak menelan mentah-mentah isi dari sisa buku ini. Karena bisa saja suatu saat kami mempunyai pemikiran yang berbeda dengan apa yang kami ungkapkan disini.

Jika Anda mempunyai perbedaan pendapat terhadap isinya juga tidak apa-apa kok. Berbeda pendapat itu bukan sesuatu yang buruk kok. Tapi berdebat karena perbedaan pendapat bisa jadi hal yang kekanak-kanakan.

Bahaya Hipnotis

Maaf terpaksa kami menyampaikan kepada Anda kalau dalam dunia hipnotis itu tidak selamanya baik, tidak selamanya aman. Hipnotis itu seperti ilmu lainnya yang jika dia disalahgunakan maka dia akan mencelakakan orang lain. Malpraktek ini terjadi baik karena kurangnya kompetensi dari si praktisi ada juga karena intergritas dari si praktisi yang memang jelek.

Malpraktek yang kami maksudkan disini adalah penggunaan hipnotis yang pada akhirnya membuat orang lain mengalami cidera baik itu secara fisik maupun psikis. Apa yang ditulis disini berdasarkan apa yang pernah terjadi kepada penulis maupun teman kami.

Ilmu Kebal Ala Hipnotis

Kasus ini kami ketahui ketika kami membaca status FB seorang teman. Karena penasaran kami menghubungi teman tersebut. Dia mengatakan kalau salah satu alumninya melakukan hal yang sudah jelas-jelas ia larang.

Alumni tertsebut melakukan atraksi permainan hipnotis yang berbahaya dengan melakukan sugesti mati rasa (anasthesi) dan menaruh korek api gas dengan api yang menyala dalam waktu yang lama. Dan hasilnya? Ya tentu saja tangan

tersebut melepuh karena api tersebut. Akhirnya orang tua si anak tersebut meminta pertanggung jawaban ke orang yang menghipnotis tersebut.

Hipnotis memang bisa membuat tangan menjadi mati rasa sehingga tidak merasakan panasnya api tersebut tapi hipnotis tidak bisa melawan hukum alam. Jika tangan dibakar ya terbakarlah, gosong.

Tangan, jika ditebas golok yang terpotonglah tuh tangan. Jadi jangan percaya jika hipnotis bisa membuat Anda jadi kebal. Kami katakan ini karena kami masih melihat ada trainer yang mencantumkan kalau bisa membuat Anda kebal menggunakan hipnotis dalam materi iklannya. Zzzzzzzzz.

Perbuatan Tidak Terduga

Kasus ini terjadi sekitar tahun 2011 ketika itu kami baru saja belajar Ego State Therapy dan sedang mencari masalah untuk diselesaikan menggunakan EST (bukan mencari masalah untuk ngajak kelahi ya :p). Untuk memudahkan mencari klien kami meminta bantuan teman di komunitas.

Selang beberapa minggu seorang teman dari komunitas menghubungi kami dan mengatakan dia punya teman yang butuh bantuan terapi. Ketika kami tanya apa permasalahannya teman kami itu menjawab kalau teman dia melakukan sesuatu yang salah menggunakan hipnotis.

Tentu saja kami bingung dengan jawaban teman kami tersebut. Kesalahan apa yang dia perbuat sampai membutuhkan terapi segala?

Sesuai dengan waktu yang telah kami sepakati, teman tersebut membawa teman dia yang ingin diterapi. Ketika *intake interview* secara pribadi dengan orang tersebut barulah kami ketahui apa yang terjadi. Suatu kejadian yang benar-benar membuat kami langsung terasa lemas.

Terus terang kami sempat shock mendengar cerita dia. Pada saat dia bercerita permasalahannya sambil mengeluarkan air mata, dia mengatakan kalau dia menghipnotis teman wanitanya dan melakukan pelecehan seksual. Karena perbuatan sesaat tersebut dia merasa sangat menyesal.

Ya… orang yang ada didepan kami ini adalah orang yang melakukan pelecahan seksual menggunakan pengetahuan yang kami hormati. Pengetahuan yang seharusnya dipakai membantu orang malah dia buat untuk melakukan perbuatan asusila.

Pada saat hendak melakukan perbuatan yang lebih lagi si "pelaku" dikejutkan oleh teriakan dari si wanita. Meski dalam kondisi terhipnotis si wanita tersebut masih mengetahui apa yang dilakukan oleh si "pelaku". Dan masalah akhirnya masalah ini diselesaikan lewat jaur damai meski akhirnya si "pelaku" masih menyimpan perasaan yang sangat bersalah karena perbuatannya.

Dia Meninggal Mungkin Karena Hipnoterapis

Diantara malpraktek yang kami dengar kasus inilah yang menurut kami benar-benar parah. Kasus ini juga kami dapat dari teman dimana ketika itu dia mendengar ceritanya langsung dari si hipnoterapisnya.

Klien dari hipnoterapis tersebut menderita penyakit dan dokter merekomendasikan agar dioperasi. Tapi hipnoterapis tersebut malah menyuruh kliennya untuk tidak operasi, tidak minum obat dan membakar hasil rontgen. Pada akhirnya klien tersebut meninggal dunia.

Mungkin memang sudah waktunya klien tersebut meninggal dunia meskipun nanti dioperasi, mungkin juga dia meninggal dunia karena dia tidak minum obatnya dan tidak dioperasi. Terus terang kami tidak tahu.
Tapi bagi kami merupakan kesalahan fatal kalau kita melarang klien kita untuk operasi padahal dokter sudah merekomendasikannya. Hipnoterapis bukan dokter jadi kita tidak bisa melarang ataupun memberikan resep obat kepada klien kita. Apalagi sampai mempengaruhi untuk tidak operasi.

Mungkin terapis ini over PD dengan menganggap semua penyakit berasal dari pikiran dan pikiran bisa menyembuhkan tubuh sendiri. Tapi dia lupa kalau hipnoterapi itu adalah penunjang untuk kesembuhan orang dan tidak berdiri sendiri. Memang cukup banyak penyakit fisik yang

akhirnya sembuh setelah diterapi tapi ini tetap membutuhkan saran dan cross check dari dokter. Apakah penyakit tersebut benar-benar sembuh atau yang sembuh tersebut hanya gejalanya saja.

Infeksi Gigi Karena Hipnotis

Cerita ini kami dapat dari teman kami di Facebook. Cerita ini didapat teman kami ketika bertemu dengan temannya yang seorang dokter gigi ketika menangani seorang pasien.

"ada seorang pemuda yg mengalami peradangan gigi & gusi yg parah, tapi anehnya dia tdk merasa sakit sama sekali, dia datang ke klinik itupun karena dipaksa oleh pacarnya karena mulutnya yang begitu bau walau sering gosok gigi, bahkan kadang mengeluarkan darah.

Saat di perikasa..... wow ini kasus yg luar biasa hebat, gigi rapuh & gusinya membusuk, berdarah dan sdikit bernanah, inilah yg membuat bau nafasnya sperti bau naga hehehehehe....hal ini sangat berbahaya karena infeksi tersebut dapat tersalur ke jantung, menyebabkan gangguan gastro pada cardionya.

saat ditanya apakah sakit..? dia hanya menggeleng kepala. Saat ditanya apakah dia gemar mengkonsumsi minuman Alchohol atau obat-2an (yg dpt meredakan rasa sakit), dia menggeleng.

Namun dia menjawab…

Iya Dokter, seingat kami, dulu sekitar 6 bln yg lalu kami sakit gigi, kami tidak tahu harus minum obat apa, sedangkan mau ke dokter belum ada uang, makanya kami minta tolong ke rekan kami yang jago hynotis kaya di tivi-tivi itu lho dok... dia menghypnotis kami untk menghilangkan rasa sakit di gigi ini....”

Tidak bisa kami bayangkan seandainya pemuda ini tetap tidak ke dokter gigi karena dia tidak merasakan sakit pada giginya. Teknik yang seharusnya bisa membantu orang tapi digunakan dengan cara yang salah ini bisa saja membahayakan nyawa pemuda ini.

Menghilangkan rasa sakit belum tentu penyakitnya juga hilang. Jika seseorang memerlukan pertolongan dan perawatan dokter janganlah bersikap seperti dewa yang bisa mengobati segalanya. Ingat praktisi hipnotis itu bukan dokter apalagi dewa. Medis harus tetap nomor 1.

Masuk Penjara Karena “Hipnoterapi”

Kasus ini menimpa orang yang sangat kami hormati, Anand Krishna. Kasus beliau ada ketika salah seorang yang mengaku muridnya mengatakan kepada media kalau dia dilecehkan oleh Anand Krishna. Pelecehan tersebut terungkap setelah orang yang mengaku korban tersebut di hipnotis.

Orang tersebut diterapi dengan cara dia diisolasi dari pergaulan dan dilakukan terapi sebanyak 45 kali dalam jangka waktu 3 – 4 bulan atau 3 - 4 kali sesi perminggu padahal normalnya seminggu sekali. Wow… jumlah yang banyak untuk kasus pelecehan saja belum lagi jarak terapi yang terlalu dekat.

Saksi ahli dari pihak Anand Krishna juga mengatakan kalau terapi tersebut tidak lazim. Bahkan bagi dia untuk kasus pelecehan yang disertai pemerkosaan bisa diselesaikan 4 kali sesi terapi. Sehingga saksi ahli tersebut menduga kalau ada indikasi terjadinya false memory implan.

Tahukah Anda siapa saksi ahli tersebut? Dia adalah **Adi W Gunawan.**

Jika Anda mengatakan kalau kami mengatakan Anand Krishna tidak bersalah adalah subyektif semata karena kami sangat menghormati Beliau maka Anda salah. Selain keganjilan-keganjilan proses pengadilan dan keterangan para saksi yang berubah-ubah, kami sebagai hipnoterapis juga merasa aneh dengan teknik terapi yang sampai diisolasi segala hanya untuk kasus pelecehan (ini ngakunya dilecehkan ya).

Dan kasus false memory ini juga banyak menyebabkan orang yang tidak bersalah masuk penjara. Oleh karena itu di Inggris Forensic Hypnosis tidak bisa dipakai dipengadilan.

Kejadian-kejadian malpraktek ini membuat kami bertanya pada diri sendiri,"Sebahaya inikah jika hipnotis diajarkan kepada orang yang belum matang?". Dan kadang pertanyaan tersebut masih muncul dalam pikiran kami sekarang.

Ini juga yang membuat kami dulu sempat membatalkan project pembuatan video hipnotis untuk home study course. Padahal pada saat itu sudah banyak uang yang keluar dan video sudah 60% jadi.

Pada akhirnya melalui buku NeoSpiritual Hypnotherapi karangan Anand Krishna yang membuat kami sadar untuk meneruskan video pelatihan tersebut. Sudah menjadi tanggung jawab seorang hipnoterapis untuk menyadarkan orang lain kalau kita bisa memberdayakan diri kita sendiri. Itulah kata-kata yang kami ingat dari orang yang telah membuat kami bangga menjadi orang Indonesia dan membuat kami bisa melihat kelembutan Islam.

Hipnotis Dan Supranatural

Salah satu cabang dari hipnotis yang masih diarea eksperimen adalah hipnotis metafisika. Ya ini masih area eksperimen karena metafisika belum bisa dibuktikan secara ilmiah. Disini kami tidak akan menuliskan bagaimana detail melakukan ini.

Secara singkat dalam prosesnya subject dibawa kedalam kondisi deep trance (somnambulisme) setelah itu diberikan sugesti tertentu untuk memunculkan fenomena supranatural. Secara pribadi kami masih menganggap penggunaan hipnotis metafisik jika tidak disertai pemahaman yang tepat bisa berbahaya bagi pola pikir dan mental si subject.

Subject akan menghubung-hubungkan sesuatu dengan mistik tanpa berpikir dulu. Halusinasi yang dialami seperti melihat makhluk gaib maka bagi si subject tersebut adalah memang makhluk gaib.

Mata Batin

Terus terang sampai sekarang kadang kami tidak mengerti bagaimana bisa seorang hipnotis/hipnoterapis menawarkan pembukaan mata batin atau mata ketiga tanpa melakukan

eksperimen kebenaran teknik dia. Hanya bermodalkan sugesti dia membuat orang bisa melihat makhluk gaib.

Apakah kemampuan mata batin/mata ketiga benar-benar tidak ada? Untuk pertanyaan ini kami akan bilang jujur kami tidak tahu. Yang membuat kami prihatin adalah ketika seorang praktisi hipotis/hipnoterapi manjadi bangga atas keberhasilan dia membuat orang bisa melihat makhluk gaib dengan mudah.

Padahal resiko celaka yang akan dialami oleh orang yang dihipnotis tersebut lumayan besar. Emang enak tiap hari mengalami halusinasi penampakan yang menyeramkan hehehe.. Kalau orang tersebut tidak kuat melihat "penampakan-penampakan" tersebut menurut Anda apa yang akan terjadi pada dia? Yang jelas dia akan tertekan dan merasa ketakutan.

Kata penampakan kami berikan tanda kutip karena sampai saat ini yang kami tahu penampakan-penampakan hasil sugesti tersebut adalah halusinasi. Halusinasi yang semakin nyata karena pola pikir orang tersebut yang terlalu mempercayai sesuatu yang berhubungan dengan mistik.

Kembaran Virtual

Dalam hipnotis kita bermain dengan imajinasi kita, mungkin pernah mendengar kisah ajaib ketika ada seorang suci (punya *kharomah*) yang bisa sholat di beda tempat dalam waktu yang sama, seperti

Naruto yang bisa membagi 7 dirinya, *hehehhe*, nah inilah yang dilakukan beberapa kawan saya dan sempat ramai di grup *Whatapp* Hipnoterapi Indonesia dengan metode hipnotis.

Dirinya meniatkan dan mengimajinasikan kalau dirinya berada di beberapa tempat pada waktu yang sama, dirinya mengimajinasikan kembaran virtualnya berada ditempat yang diinginkannya, benar saja hal itu terjadi, beberapa anak buahnya (karena beliau seorang komandan TNI) melaporkan ketemu dengan dirinya, sempat bersikeras karena yang satu melihat di daerah A, dan yang satu melihatnya di daerah B berbarengan.

Kawan ini pun hanya senyum-senyum, hal ini belum bisa dijelaskan secara ilmiah, biarlah hanya kami, Anda dan praktisi hipnotis lainnya yang tahu ternyata imajinasi bisa melakukan hal tersebut, tanpa ritual, tanpa puasa, tanpa mantra.

Kesaktian Mementalkan Orang

Dulu mata kami melotot, kaget, terkesima melihat atraksi tenaga dalam yang bisa mementalkan seseorang, bisa membuatnya berguling-guling terkena hebatnya tenaga dalam orang yang sudah "di isi" tenaga dalam.

Tapi, tahukah Anda, tanpa di isi, diselaraskan dan dibuka cakra energinya kita pun dapat membuat orang terjungkal ala atraksi demo tenaga dalam tersebut, Mau tau rahasianya? *Heheheheh*….

Kami buka sedikit ya, orang yang terpental tadi adalah orang yang memiliki tingkat sugestibilitas yang sangat tinggi, apalagi yang mementalkan memakai symbol tertentu seperti sabuk hitam (melambangkan memiliki tingkatan yang tinggi/senior) jadi memiliki otoritas yang tinggi pula, itu baru senior, apalagi guru besarnya, dengan atribut kebesarannya seperti sorban, tasbih dan jubah yang otomatis menghipnotis para muridnya.

Nah… Untuk Anda juga yang awam pun bisa melakukannya, bagaimana caranya? Jadilah figure yang memiliki otoritas, bangun dengan video-video yang memperlihatkan "kesaktian" Anda menghipnotis orang lain.

Atau lakukan saja langsung dengan orang lain, dibawah umur Anda, lebih bagus jika Anda seorang guru, pelatih ataupun pimpinan disebuah perusahaan, otoritas sudah Anda miliki disana, tinggal bermain peran saja seolah-olah Anda mengisi sebuah benda, Berani? Bisa berhasil bisa gagal, syaratnya cuma satu PD.

Past Life Regression (PLR)

Past Life Regression adalah salah satu teknik dari hipnoterapi dimana si klien akan dibawa ke masa lalu dimana dia menjadi masih menjadi orang lain, di tempat lain dan di tahun kehidupan yang lain. Teknik ini dikait-kaitkan dengan adanya reinkarnasi. Klien akan dibawa ke kondisi ke deep

trance kemudian melakukan teknik regresi sampai ke kandungan setelah itu diregresi ke kehidupan dia yang lain dimana dia berada ditubuh yang lain dan dimasa yang lain.

Jika Anda beragama Islam tentu saja teknik ini diharamkan karena dalam Islam tidak mengenal reinkarnasi. Sebagai terapis kami juga tidak mau menggunakan teknik ini atas permintaan klien apalagi jika dia beragam Islam. Ini karena kita tidak akan bisa membuktikan apakah yang terjadi atau pengalaman yang dia lihat ketika dalam PLR itu adalah kenyataan.

Dalam kondisi deep trance klien sangat mudah sekali mengalami halusinasi, bisa karena sugesti tapi bisa juga karena pikiran dia sendiri. Misalnya dia percaya sekali kalau dia adalah prajurit Majapahit di masa lalu maka ketika dia dibawa ke jaman dahulu menggunakan PLR maka sangat besar kemungkinan dia akan benar-benar jadi prajurit Majapahit tersebut. Ini karena sejak awal dia mempunyai mindset kalau dia adalah prajurit Majapahit.

Trus jika seandainya PLR itu hanyalah halusinasi buat apa teknik ini ada? Teknik ini ada untuk mengatasi jika ketika seorang hipnoterapis mencari akar masalah dan terjadilah PLR secara spontan. Dimana klien merasa dia berada di tubuh orang dan masa/jaman yang berbeda. Nah jika akar masalah memang berasal disini maka seorang hiponterapis menetralkan akar masalah tersebut.

Apakah klien benar-benar kembali ke kehidupan sebelum masa ini? Atau dengan kata lain dia yang sekarang adalah reinkarnasi dari orang yang dia lihat ketika dalam PLR? Sebagai terapis kami tidak memusingkan itu benar-benar reinkarnasi atau bukan karena masih bisa saja itu pengalaman traumatik dia dan dikaitkan dengan masa tertentu.

Seandainya klien adalah muslim dan mengalami PLR Spontan ya kami akan beri tahu kalau itu bisa saja simbolisasi dari akar masalah dia. Kadang mimpi pun bisa jadi akar masalah suatu keluhan. Karena reinkarnasi dalam kepercayaan muslim itu tidak ada. Trus bagaimana jika dalam sistem kepercayaannya mempercayai reinkarnasi, seperti Buddha dan Hindu? Maka pekerjaan kami menjadi lebih mudah *hehehe*….

Banyak orang yang penasaran siapakah dia sebelum sekarang, bagaimana kehidupan dia di masa lalu, apa yang terjadi ketika dia hidup di masa itu. Rasa penasaran kadang bisa membuat kita menemukan hal-hal menarik tapi tahukah Anda ada "bahaya" tersembunyi melakukan PLR? Bahaya itu (selain rusaknya aqidah bagi mereka yang beragama Islam) adalah Anda menjadi orang yang "terperangkap" dengan masa lalu. Ketika Anda melihat kehidupan masa lalu Anda lebih indah, lebih cemerlang, lebih makmur dibandingkan kehidupan Anda sekarang apakah Anda masih bersyukur dengan kehidupan Anda sekarang?

Belum lagi kalau seandainya dalam kehidupan masa lalu cara meninggal Anda sangat tragis, terkurung dan tenggelam dalam kapal perang atau dibunuh dengan cara leher Anda digorok. Jika penanganan tidak tepat dari hipnoterapis maka hal ini bisa menimbulkan trauma baru pada Anda.

PLR untuk orang yang beragama non muslim bisa membantu perjalanan spiritualnya. Dia bisa belajar dari pengalaman yang sudah-sudah dan mengambil hikmahnya untuk dipakai dikehidupan sekarang. PLR jika tujuannya untuk edukasi maka titik beratnya bukan pada menjadi siapakah Anda saat itu dan apa yang sudah Anda capai melainkan pelajaran apa yang bisa Anda ambil dari kehidupan tersebut yang bisa digunakan dikehidupan yang sekarang.

Kami jadi ingat kata-kata orang yang kami anggap Guru, "Memangnya kenapa kalau kehidupan masa lalu sangat cemerlang toh hanya dengan mengingatnya tidak membantu kami dikehidupan saat ini." Ya, kadang mengetahui siapa kita di masa lalu kadang malah menjadi beban. Jika Anda non muslim dan masih ingin melakukan PLR kami sangat sarankan jangan ke sembarangan hipnoterapis. Liat terlebih dahulu background dia termasuk kompetensi dalam melakukan PLR dan pola pikirnya.

Makhluk Halus

Sebagai bangsa yang kental dengan supranatural kehidupan kita tidak terlepas dari cerita yang

berhubungan dengan yang satu ini. Para penghuni tempat-tempat yang dikatakan angker, penunggu sungai sampai kuburan. Cerita -cerita penampakan sering kita dengar dari lingkungan sekitar kita. Nah bagaimana seorang hipnotis menyikapi fenomena ini?

Ok kita ingat kembali bagaimana cara kerja dari hipnotis. Sugesti dapat dijalankan ketika dia dapat melewati critical area dan tidak melanggar norma dia. Dan sugesti hipnotis bisa menimbulkan fenomena halusinasi. Hipnotis sangat erat kaitannya dengan sistem kepercayaan orang tersebut. Itu artinya hipnotis tidak harus menggunakan induksi standar ataupun deepening, betul?

Nah sekarang bagaimana seandainya orang yang mempunya tipe sugestibilitas tinggi yang sangat percaya adanya makhluk halus berada di tempat yang katanya angker sendirian trus dia melihat sekelebat kain putih? Apakah dalam pikiran dia mengira itu hanya sekedar kain atau pocong/kuntilanak? Jika dalam ketakutannya dia membayangkan kalau kain tersebut adalah pocong maka kemungkinan besar dia akan mengalami halusinasi melihat pocong.

Kemudian cerita dia akan menguatkan cerita sebelumnya kalau tempat itu angker dan teman-teman dia menjadi semakin terpengaruh. Dari sini teman -teman dia bercerita kepada orang-orang sekitarnya yang pada akhirnya menyebar kemana-mana. Akhirnya tempat tersebut menjadi lebih

"angker". Jika ada orang yang melewati tempat tersebut dia akan teringat cerita-cerita seram tentang tempat tersebut. Dan ketika melihat bayangan kemudian dia menghubungkan kalau bayangan tersebut adalah makhluk halus padahal bisa saja itu bayangan binatang yang lewat. Kemudian orang ini bercerita kepada teman-temannya dan begitu seterusnya.

Kesurupan

Kesurupan juga efek terlalu kentalnya cerita-cerita supranatural dalam kehidupan sehari-hari sehingga membentuk suatu keyakinan dalam bawah sadar kita. Secara pribadi sampai dengan saat ini kami berpendapat kalau kesurupan adalah reaksi dari psikologis kita untuk melepaskan bebannya (emosi yang terpendam).

Jika Anda perhatikan kesurupan massal yang terjadi kebanyakan orang yang dibilang sedang kesurupan itu dalam kondisi menangis atau melampiaskan emosi. Bagaimana dengan yang jadi harimau ataupun kakek-kakek? Lagi-lagi kita mesti ingat bagaimana cara kerja pikiran. Ini semua berhubungan dengan kepercayaan dia tentang kesurupan itu seperti apa.

Ketika mengalami abreaksi (pelepasan emosi terpendam) bisa saja orang yang dibilang kesurupan tersebut tidak ingat apa yang terjadi. Hal ini bisa disebabkan oleh pada saat itu pikiran bawah sadar mengambil kesadaran secara penuh

sehingga pikiran sadar dia tidak mengingat apa yang telah terjadi.

Untuk mengatasi kesurupan bisa saja menggunakan teknik shock induction ataupun menggunakan "cara dukun". Jika Anda berada dilingkungan yang masih percaya dengan mistik maka sebagai praktisi Anda perlu menambah wawasan tentang hal-hal mistik sesuai dengan daerah Anda.

Ini untuk jaga-jaga kalau seandainya cara modern tidak mempan. Ingat hipnotis adalah masalah menggunakan apa yang dipercayai oleh orang. Dan hal ini pula alasan kenapa sampai saat ini kami belum menemukan cerita ada orang kesurupan jadi dracula ataupun Jason the 13th. Jadi kepikiran kalau seandainya orang barat sono kesurupan sama hantu nenek gayung, bakal kerepotan dah nyari gayungnya *hahaha*…...

Gray Area
(Area Abu-Abu)

Sebelum Anda membaca bagian ini kami perlu peringatkan sekali lagi kalau untuk yang ini adalah pemikiran kami yang mungkin sangat bertentangan dengan pemikiran praktisi hipnotis mayoritas. Tulisan pada bagian ini kami tidak akan bisa menyuguhkan bukti yang sangat valid dan diakui secara ilmiah. Mungkin saja pemahaman ini suatu saat bisa berubah atau bisa juga malah semakin kuat. Jika Anda tidak menyukai perbedaan apalagi berbeda dengan apa yang diyakini oleh mayoritas Anda bisa melewati bagian ini.

Sebelum kami belajar hipnotis kami sangat percaya dengan kemampuan metafisika seperti mata ketiga, tenaga dalam/prana/chi, penampakan dan lain-lain. Bahkan kami bisa menjelaskan secara ilmiah fenomena-fenomena tersebut, ya setidaknya kedengarannya seperti ilmiah.

Tapi ketika kami mendalami teknologi pikiran kami tidak mempercaya lagi semua itu karena ternyata itu bisa diakibatkan oleh sugesti. Dengan sugesti saja kita bisa membuat orang bisa melihat "makhluk halus". Hanya dengan sugesti saja kita bisa mementalkan orang yang ingin menyentuh kita seperti atraksi-atraksi tenaga dalam.

Keserupan yang ternyata diakibat oleh sugesti diri saja.

Hanya dengan sugesti saja kita dapat menampilkan sesuatu yang dulu selalu kita kait-kaitkan dengan supranatural. Dan kami yakin sebagian besar praktisi masih berpendapat demikian.

Kini pemahaman kami kembali mengalami pertumbuhan. Kami meyakini prana/chi itu ada dan penampakan makhlus halus memang terjadi.

Tentu saja kami mempunyai alasan yang kuat untuk kembali mempercayai hal tersebut kembali, ya setidaknya itu menurut kami. Bedanya kali ini kami tidak akan berusaha membuktikannya secara ilmiah dan mempunyai landasan untuk membedakan apakah fenomena tersebut hanya pengaruh sugesti atau benar-benar terjadi.

Oh iya yang kami maksud sugesti ini tidak hanya sugesti yang secara langsung diberikan oleh praktisi hipnotis tapi juga hipnotis secara tidak sengaja tertanam kepada subyek seperti dia mendengar cerita dari orang lain, atau ketika si penghipnotis berkata kepada orang lain tapi ditujukan ke subyek, gambar ataupun tindakan yang akhirnya memicu untuk si subyek mensugesti dirinya sendiri.

Eksperimen Komunitas

Dulu ketika masih berada dalam komunitas hipnotis di samarinda kami pernah melakukan

eksperimen tentang mendektesi energi. Kami menjalankan eksperimen dengan cara menebak benda yang kami tentukan berada ditangan kanan atau kiri orang yang memegang. Dan orang yang menebak tersebut adalah teman-teman komunitas yang kebetulan hadir saat itu. Dari sekian orang ada satu yang kami siapkan secara spesial, dia adalah tipe sugestibilitas tinggi dan diberi sugesti menjadi sensitif terhadap energi benda yang disembunyikan. Dan sebelum menebak kami semua tutup mata.

Ketika waktunya menebak si orang spesial bisa menebak langsung secara benar tapi pada tebakan-tebakan selanjutnya dia salah. Ketika itu kami tanya kenapa, dia bilang bingung energi letak benda tersebut berubah-ubah dan ternyata yang memegang memang sengaja memberikan energi ditangan yang kosong untuk mengecoh. Percobaan ini dilakukan sebanyak 4-5 kali.

Oh iya pada eksperimen tersebut kami juga ikut menebak. Pada saat itu cara yang kami lakukan adalah meletakkan telapak tangan dengan jarak beberapa centi dari kedua tangan yang menggenggam tersebut. Kami melakukan tebakan berdasarkan sensasi yang kami rasakan pada telapak tangan. Pada tebakan pertama sensasi terasa jelas tapi berikutnya menjadi samar-samar ini karena yang memegang mencoba mengecoh menggunakan energi.

Pada saat itu tingkat akurasi tebakan kami adalah 100% benar semua. Terus terang sampai sekarang

kami bingung apa yang terjadi karena kami memang menebaknya berdasarkan sensasi yang kami rasakan pada telapak tangan. Apakah ini kebetulan semata? Maaf kami tidak percaya dengan kebetulan apalagi ini kejadiannya berturut-turut. Apakah jika kami melakukan lagi akan mendapat hasil yang sama? Bisa iya bisa tidak. Sampai saat ini juga kami belum menemukan celah dimana sugesti tersebut bisa masuk sehingga bisa menebaknya dengan benar.

Hantu Penginapan

Pengalaman ini dari seseorang yang kami sangat hormati. Ketika itu Beliau bercerita tentang pengalaman Beliau bersama rombongan di suatu negara. Karena pada saat Beliau berkunjung kota negara tersebut sedang ada acara besar sehingga kesulitan untuk mencari hotel yang kosong.

Ketika sampai pada hotel X Beliau dan rombongan menyuruh sopir taxi untuk berhenti agar bisa menanyakan apakah hotel tersebut ada kamar yang kosong. Tapi sopir itu bersikeras lebih baik mencari hotel lain saja.

Karena sebelumnya sudah banyak hotel yang didatangi tapi penuh dan hari sudah mulai malam maka Beliau beserta rombongan memutuskan untuk turun di depan hotel tersebut karena dari luar hotel tersebut terlihat sepi.

Setelah check in, mereka pergi ke restoran untuk berbuka puasa. Dan ternyata memang hotel tersebut sepi karena restoran tersebut hanya ada mereka. Ketika pelayan yang sekaligus koki datang untuk menanyakan pesanan, mereka menanyakan apa yang bisa cepat disajikan karena mereka sudah kelaparan. Koki tersebut meyakinkan kalau apapun yang ada di menu bisa dia sajikan dengan cepat. Dan ternyata benar, koki tersebut dapat menyajikan pesanan mereka dengan cepat.

Selesai makan para rombongan naik untuk berisitirahat di kamar. Dan pada tengah malam kamar mereke diketuk oleh seseorang. Ternyata yang mengetuk tersebut adalah bule yang menginap di seberang kamar mereka. Dengan raut muka ketakutan dia berkata,"Something happen… something happen!", sambil menunjuk-nunjuk kamarnya.

Ketika rombongan masuk kedalam kamar bule tersebut betapa kagetnya mereka melihat gorden kamar yang bergerak-gerak sendiri. Melihat kejadian tersebut mereka langsung memutuskan untuk keluar hotel besok pagi.

Ketika besok paginya check out dan meminta tagihan kamar, mereka bingung kenapa tidak ada tagihan makan di restoran. Kemudian mereka bertanya kepada resepsionis apakah makanan semalam direstoran itu gratis atau bagaimana. Mendengar pertanyaan tersebut si resepsionis menjadi bingung dan memberikan jawaban yang membuat para rombongan tercengang. Dia berkata

ketika mereka datang untuk check in dapur sudah tutup karena kokinya sudah lama pulangJadi siapakah yang memasakkan makanan untuk mereka? Apakah mereka berhalusinasi? Jika iya apa yang memicu halusinasi massal tersebut?

Seperti yang kami sebutkan sebelumnya kalau kami sekarang mempercayai sesuatu yang saat ini belum bisa dijelaskan secara logika dan ilmiah. Tapi tetap semua itu masih memerlukan pemikiran apakah itu benar atau hanya efek sugesti? Karena sampai dengan saat ini sebagian besar kejadian apa yang dianggap fenomena supranatural/magis adalah efek dari sugesti. Baik itu sugesti langsung maupun tidak langsung atau sugesti secara sengaja maupun tidak sengaja.

Sebagai contoh untuk kejadian di hotel tersebut sampai saat ini kami belum menemukan celah masuknya sugesti tersebut. Sejak awal mereka tidak mempunyai firasat kalau hotel itu "berhantu", yang mereka lihat hanya hotel yang sudah tua. Jika penampakan koki tersebut adalah halusinasi, kenapa bisa sampai terjadi halusinasi massal dan mereka kenyang setelah memakan makanan tersebut. Pada malam harinya yang mengalami kejadian tersebut tidak hanya mereka.

Sekali lagi kami tekankan (maaf kalau kami suka menekan berkali-kali :D), meski kami percaya penampakan bisa terjadi dan chi itu ada tapi kami tetap berhati-hati dalam mengambil kesimpulan. Karena sampai saat ini kami juga masih mempercayai kalau fenomena supranatural yang

banyak terjadi disekitar kita adalah pengaruh hipnotis. Kami harap Anda juga demikian.

Apa Yang Telah Kami Pelajari Dari Hipnotis

Pada awalnya kami ingin menuliskan judul Hipnotis dan Spiritual tapi kok kesannya malah seperti kami ingin menggurui Anda. Lagipula kami bukanlah orang suci yang bisa memberitahu anda tentang kebenaran sejati. Apa yang kami sampaikan untuk bagian ini merupakan apa yang kami rasakan ketika mempelajari cara kerja pikiran dan hubungannya dengan mengenal diri lebih dalam.

Dan karena ini adalah pemahaman kami yang mungkin bersifat sementara maka Anda tetap boleh untuk tidak sependapat dengan apa yang kami sampaikan. Mungkin suatu saat kami akan berubah dan setuju dengan Anda tapi untuk saat ini kami betul-betul meyakini apa yang kami sampaikan ini.

Ilusi Sifat Manusia

Ketika masih ABG kami paling suka membaca ramalan bintang ataupun primbon untuk mengetahui sifat kami menurut rasi bintang ataupun primbon tersebut. Dulu kami percaya kalau sifat itu tidak bisa dirubah, sudah dari orok kalau kami ini anaknya pendiam. Tapi kemudian

kami berpikir jika memang dari awal kelahiran Dia sudah menentukan kami mempunyai sifat yang tidak bisa dirubah maka dimana letak keadilan Dia?

Betapa tersiksanya orang yang mempunyai sifat pendiam padahal dia ingin seperti orang lain yang mempunyai banyak teman, bisa bercanda dengan santai bersama orang yang baru dikenal, tidak lagi menjadi orang yang seperti terasing diantara teman-teman sendiri padahal ingin bisa bergabung dengan mereka.
Ketika kami mulai membaca buku-buku tentang spirtual kami sedikit memahami kalau semua itu hanya pengkondisian dari lingkungan sekitar. Kini setelah kami memahami cara kerja pikiran kami lebih memahami perkataan dalam buku-buku tersebut.

Memang benar sifat kita bukanlah bawaan sejak lahir kita. Pola asuh orang tua dan pengaruh lingkungan sekitar kita yang membentuk sifat tersebut. Dan yang perlu Anda tahu adalah sifat tersebut bisa Anda rubah jika Anda memang mau. Terus terang kami akan bilang ini tidak semudah membalikkan telapak tangan karena sifat ersebut sudah terprogram secara komplek dalam area pikiran bawah sadar.

Langkah awal untuk merubah sifat adalah anda harus memahami kalau dia hanyalah ilusi (program pengkondisian). Setelah itu bongkar pengkondisian lama dengan melakukan

pengkondisian baru yang dilakukan secara berulang.

Misalnya sifat malu yang berlebihan ketika berbicara dengan orang yang baru Anda kenal maka sering-seringlah Anda menyapa orang yang tidak Anda kenal dan ngobrol dengan mereka. Jika anda pendiam yang ingin banyak teman maka perbanyak membaca topik-topik yang sering mereka bicarakan, baca juga buku-buku tentang komunikasi dan tentu saja dekati mereka.

Perluaslah zona nyaman Anda jika ingin berubah, ketika Anda melakukan diluarkebiasaan Anda maka Anda akan merasa tidak nyaman mungkin muncul juga suara-suara negatif yang ingin mengendurkan apa yang Anda perbuat. Jika hal itu muncul maka Anda bisa berbicara kepada mereka kalau yang Anda lakukan ini untuk kemajuan Anda. Perasaan tidak nyaman atau suara-suara negatif tersebut bisa jadi merupakan program lama Anda.

Untuk negoisasi dengan perasaan tidak nyaman tersebut akan lebih mudah jika dibantu oleh seorang hipnoterapis tapi jika Anda ingin melakukannya sendiri kami sarankan Anda membaca buku Ego State Therapy karangan Antonius Arif.

Dan sangat kami sarankan jika anda ingin merubah sifat Anda maka lakukanlah itu demi diri Anda bukan demi menyenangkan hati orang lain. Berubah lah karena itu memang baik untuk Anda

bukan karena itu baik untuk orang lain. Dan ingat sifat (pengkondisian) baru ini tetaplah ilusi, jika suatu saat sudah tidak sesuai dengan keadaan maka Anda tetap bisa merubahnya. Tentu saja ini jika Anda mau merubahnya.

Ilusi Dualitas

Bagian ini yang dulu sering membuat kami bingung. Siddartha Gautama pernah mengajarkan agar kita mampu untuk melampaui dualitas yang kita alami. Bahagia – Sedih, Susah – Senang, Baik – Jelek, semua itu adalah ilusi.

Bertahun-tahun kami bingung untuk memahami maksud Beliau. Sedih, susah, jelek memang perlu kita lampaui karena itu membuat kita sengsara. Tapi kenapa bahagia, senang dan baik juga perlu kita lampaui? Bukankah semua perasaan itu menyenangkan? Dan kenapa semua perasaan tersebut ilusi? Bukankah kita benar-benar merasakan semua perasaan tersebut?

Lagi-lagi setelah mempelajari bagaimana pikiran bekerja kami menjadi lebih paham apa maksud Beliau meski masih belum sepenuhnya. Ya memang masih banyak yang belum kami pahami (dan hayati) apa yang Beliau sampaikan. Tapi kami kini paham perasaan-perasaan tersebut adalah ilusi.

Pada dasarnya kejadian yang kita alami itu bersifat netral, program yang ada dalam diri kita lah yang

memaknai apakah kita harus senang atau sedih terhadap kejadian tersebut. Misalnya orangmengalami kecelakaan yang mengakibatkan tangan kanannya diamputasi. Ketika mengalami kejadian ini secara umum orang ada yang meratapi kehilangan tangan kanannya tapi masih banyak juga yang benar-benar bersyukur karena dia masih hidup dan dan tangan kirinya masih bisa dipakai.

Atau ketika seseorang mengalami patah hati karena pasangan yang dicintainya selingkuh pasti Anda akan mengira kalau orang itu tersebut akan larut dalam kesedihannya berbulan-bulan. Tapi bagaimana seandainya dengan membantu orang tersebut melihat dari sisi lain kejadian ini dia bisa sembuh dari patah hatinya hanya dalam tempo 2 jam saja? Kejadian yang sama tapi bisa mendapatkan respon yang berbeda jika kita mampu melihatnya dari sisi yang lain.

Senang – Sedih timbul karena respon dan cara pandang kita terhadap sesuatu. Dan respon tersebut juga diakibatkan oleh pengkondisian yang telah ada dalam diri kita. Kita senang ketika seseorang memberikan kita hadiah dan jika respon kita biasa saja maka kita dianggap dingin oleh orang lain. Ketika kita memberikan sesuatu kepada orang lain kita dikondisikan untuk mengharapkan imbalan atas apa yang kita perbuat. Dan ketika apa yang kita harapkan tidak tercapai kita menjadi sedih atau kecewa.

Masalah pengkondisian ini kami jadi ingat tentang pengkondisian Cantik – Jelek. Kami yakin anda

setuju salah satu kritieria wanita yang cantik adalah mempunyai badan yang ramping (berat badan ideal). Tapi banyak juga model wanita diluar negeri sana memiliki berat badan terlalu ramping alias kurus. Bagi mereka seperti itulah yang dinamakan wanita cantik.

Tahukah Anda kalau disalah satu negara di Afrika justru wanita gemuklah yang dianggap cantik. Mereka tidak menyukai wanita yang berbadan ramping. Ya memang bagi kita ini terlihat aneh tapi ingat opini kami, Anda dan mereka itu juga dipengaruhi oleh pengkondisian lingkungan sekitar kita. Di negara tersebut sudah sejak kecil dikondisikan kalau wanita cantik itu berbadan gemuk.

Jadi apa yang dianggap cantik oleh suatu kelompok masyarakat belum tentu cantik bagi kelompok lain.

Sebenarnya masih ada ilusi-ilusi lain yang bisa dijabarkan melalui teknologi pikiran cuman kaming pengetahuan kami masih terbatas. Jika Anda kurang nyaman dengan istilah ilusi dan pengkondisian karena itu banyak dipakai oleh umat Buddha sedangkan Anda beragama lain maka itu artinya istilah tersebut sedang berbenturan dengan pengkondisian Anda kekeke….

Kami memakai istilah ilusi pada bagian ini karena semua itu tampak seperti nyata bagi kita bahkan kita menganggap orang lain aneh jika tidak

mengikuti ilusi tersebut. Sekarang terserah Anda apakah Anda masih mau terikat dengan ilusi tersebut atau belajar melampauinya. Apapun yang Anda lakukan pastikan itu memang karena Anda menginginkannya dan baik untuk Anda.

Dalam hidup kita diberi banyak anugerah oleh Tuhan salah satunya adalah PILIHAN. Semuanya itu tersrah pilihan Anda tapi ingat ketika Anda sudah memilih maka Anda harus mau menerima semua konsekuensi dari pilihan tersebut. Berhenti menyalahkan orang lain, keadaan ataupun Tuhan.

PENUTUP

Dan …. Akhirnya selesai juga nih buku. Kami harap ebook ini bisa menambah pengetahuan Anda tentang hipnotis dan fenomena-fenomena hipnotis disekitar kita. Jika ada yang belum paham Anda bisa hubungi kami. Tapi kami harap pertanyaannya bukan ke arah teknik-teknik lain yang tidak kami sebutkan disini ya. Karena kami tidak ingin mengecewakan orang yang sudah memberi kesempatan kepada kami untuk berbagi pengetahuan melalui video hipnotis.

Jika Anda memang serius untuk memperdalam hipnotis Anda bisa mendapatkan informasi tentang pelatihan/kelas hipnotis yang kami bawakan.